

Міністерство освіти і науки України
Київський національний університет імені Тараса Шевченка
факультет соціології
кафедра соціальних структур та соціальних відносин

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на тему:

«СОЦІАЛЬНІ АСПЕКТИ ТІЛЕСНИХ ПРАКТИК У ВЕЛИКОМУ МІСТІ»
(НА ПРИКЛАДІ ЖИТЕЛІВ МІСТ КИЄВА ТА ХАРКОВА)

Спеціальність: 054 «Соціологія»

Освітня програма: «Прикладна соціологія»

Освітній ступінь: магістр

Кваліфікація: магістр соціології

Авторка: Стефановська Станіслава Сергіївна,
студентка магістратури

Наукова керівниця: Фостер Лариса Федорівна,
кандидат соціологічних наук, доцент

Магістерська робота допущена до захисту рішенням кафедри соціальних структур і соціальних відносин

Протокол № 2 від «24» січня 2023 р.

Зав. кафедри _____ доцент. Мазурик О.В.

Київ 2023

Реєстрація

2

24 січня 2023 р.



Номер

дата

підпис

Рекомендовано

до захисту



підпис наукового

керівника

Л.Ф. Фостер

ініціали, прізвище наукового керівника

Результат

захисту

Оцінка

дата захисту

Голова ЕК

підпис

ініціали, прізвище

Члени ЕК

підпис

ініціали, прізвище

підпис

ініціали, прізвище

підпис

ініціали, прізвище

підпис

ініціали, прізвище

Секретар ЕК

підпис

ініціали, прізвище

АНОТАЦІЯ

Стефановська С.С. Соціальні аспекти тілесних практик у великому місті (на прикладі жителів міст Києва та Харкова). – Кваліфікаційна робота освітнього рівня – магістр, на правах рукопису. Спеціальність – 054 «Соціологія». – Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, 2023.

Магістерська робота присвячена теоретичному та емпіричному дослідженню соціологічних аспектів тілесності та тілесних практик (на прикладі жителів Києва та Харкова). Методом аналізу історичної ретроспективи здобутків соціологів з теми тілесності, виявлено різні підходи до пояснення даного феномену та обґрунтування практик тілесності. Наукова новизна дослідження полягає у тому, що було запропоновано нове згрупування тілесних практик у шість груп та виявлені соціальні аспекти практик тілесності жителів великих міст.

Ключові слова: тілесність, тіло, соціальні аспекти тілесності, тілесні практики.

ABSTRACT

Stefanovska S.S. Social aspects of bodily practices in a big city (on the example of residents of the cities of Kyiv and Kharkov). – Qualification work of the educational level – master, as a manuscript. Specialty - 054 "Sociology". – Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, 2023.

Master's thesis is devoted to theoretical and empirical research of sociological aspects of corporality and somatic practices (on the example of residents of the cities Kyiv and Kharkov). The method of analyzing the historical retrospective of the achievements of sociologists on the topic of physicality revealed. The scientific novelty of the study lies in the fact that a new grouping of bodily practices into six groups was proposed and social aspects of the bodily practices of residents of large cities were identified.

Key words: corporality, body, social aspects of corporality, corporal practices.

ЗМІСТ

ВСТУП	9
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ТІЛЕСНОСТІ: СОЦІОКУЛЬТУРНИЙ АСПЕКТ	13
1.1. Історична ретроспектива тілесності як предмету соціологічного теоретизування	13
1.2. Сучасні соціологічні аспекти уявлень про тілесність	21
Висновки до розділу I	32
РОЗДІЛ II. ФЕНОМЕН ТІЛЕСНИХ ПРАКТИК	36
2.1. Практики тілесності: напрямки застосування	36
2.2. Соціокультурні детермінанти тілесних практик	52
Висновки до розділу II	60
РОЗДІЛ III. ЛОГІКА ТА РЕЗУЛЬТАТИ ПОШУКОВОГО ДОСЛІДЖЕННЯ УЯВЛЕННЯ ПРО ТІЛЕСНІСТЬ ТА ЩОДЕННІ ПРАКТИКИ ЖИТЕЛІВ МІСТ КИЄВА ТА ХАРКОВА	63
3.1. Логіка і дизайн пошукового дослідження	63
3.2. Основні результати та аналіз отриманих даних.....	67
3.3. Аналіз відповідей на додаткові дослідницькі питання щодо тілесності міських жителів	83
Висновки до розділу III	110
ВИСНОВКИ	116
Перелік використаних джерел	123
Додаток 1. Опитувальник «Тілесність»	129
Додаток 2. Зворотній зв'язок респондентів після заповнення опитувальника «Тілесність»	143
Додаток 3. На якого героя фільму, актора чи зірки шоу-бізнесу Ви мріяли бути схожим/схожою у підлітковому віці?	144

Додаток 4. Які книги, комікси справили на Вас найсильніше враження у підлітковому віці?	145
Додаток 5. На Ваш погляд, що таке "тілесність"?	146
Додаток 6. Людське тіло для Вас це... ..	147
Додаток 7. Людське тіло для вас це... / порівняння жінок та чоловіків ...	148
Додаток 8. Наскільки Ви вважаєте себе тілесним/тілесною?	149
Додаток 9. Я вважаю людину «тілесною», якщо вона... ..	150
Додаток 10. На Ваш погляд, як саме на Вас впливають сучасні уявлення про тілесну привабливість?.....	151
Додаток 11. Як Ви звичайно ставитесь до дружніх дотиків до Вашого тіла людини, з якою нещодавно познайомились?	152
Додаток 12. На Ваш погляд, наскільки Ви самі відповідаєте своєму уявленню про тілесно привабливу людину за кожним з параметрів?	153
Додаток 13. Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла?	155
Додаток 14. На яку частину тіла в першу чергу Ви звертаєте увагу при знайомстві з новою людиною протилежної статі?	156
Додаток 15. Як Ви вважаєте, чи має зовнішній вигляд людини вплив на наступні сфери життя?	157
Додаток 16. З якою регулярністю Ви займаєтесь прийнятними для себе «тілесними практиками»?	159
Додаток 17. Заради чого Ви займаєтесь тілесними практиками?.....	161
Додаток 18. Якій частині свого тіла Ви приділяєте найбільшу увагу, коли займаєтесь тілесними практиками?	162
Додаток 19. Після початку війни в Україні Ваші звички щодо тілесних практик.....	163
Додаток 20. Соціально-демографічні характеристики.....	165
Додаток 21. Після перемоги України у цій війні, наскільки для Вас важливо, щоб у місті «вашої мрії», де Ви будете жити та розвиватись, були...?.....	167

Додаток 22. Таблиця факторного аналізу відповідей на запитання «З якою регулярністю Ви займаєтесь прийнятними для себе тілесними практиками?».....	168
Додаток 23. Таблиця результатів факторного аналізу «Зв'язок тілесних практик з уявленнями про тілесність».....	169
Додаток 24. Таблиця результатів кластерного аналізу для змінних блоку «Ваш тілесний досвід».....	170
Додаток 25. Матриця кореляцій: рівень тілесності та підліткові уявлення	172
Додаток 26. Матриця кореляцій: тілесний досвід та людське тіло	173
Додаток 27. Матриця кореляцій: тілесний досвід та відповідність уявлення про тілесність	174
Додаток 28. Матриця кореляцій: тілесний досвід та рівень тілесності	176
Додаток 29. Матриця кореляцій: тілесний досвід та «Наскільки Вам подобається кожна з частин Вашого тіла?».....	177
Додаток 30. Матриця кореляцій: сприйняття тілесності та вік респондента	179
Додаток 31. Різниця між статтю та «звичайним самовідчуттям тіла» протягом останнього півроку	181
Додаток 32. Матриця кореляцій: сприйняття власних частин/параметрів тіла та рівень тілесності.....	184
Додаток 33. Матриця кореляцій: відповідність власним уявленням щодо тілесності та самооцінка рівня тілесності	186
Додаток 34. Результати аналізу припущення: існує різниця у тому, на що звертають увагу при знайомстві з новою людиною	187
Додаток 35. Матриця кореляцій: регулярність тілесних практик та рівень тілесності	188
Додаток 36. Матриця кореляцій: регулярність тілесних практик та «задоволення частинами та параметрами власного тіла».....	189
Додаток 37. Результати тестування припущення про відмінність між статтю та тим, заради чого респондент займається тілесними практиками	191

Додаток 38. Матриця кореляцій: причини занять тілесними практиками та вік.....	192
Додаток 39. Результати тестування припущення про відмінність між статтю та супутніми інтересами тілесних практик [Флірт]	193
Додаток 40. Результати тестування припущень про відмінність між статтю та частиною тіла, котрій приділяє увагу респондент під час тілесних практик.....	194

ВСТУП

Кожна епоха має свої неповторні особливості розвитку та характеризується економічними, соціальними, політичними, технічними перетвореннями, які до невпізнання змінюють її історичний візерунок та підштовхують людство до нових осмислень. Незважаючи на надзвичайно швидкі темпи змін у всіх сферах сучасного життя, становлення людини тілесної та співвідношення тілесного й соціального в людині, як і раніше, залишаються актуальними питаннями для наукових пошуків та дискусій.

Тіло людини протягом історії людства, постійно перебуваючи перед очима дослідників, набувало нових рис, функцій, змісту, та, одночасно з цим, воно найкращим чином віддзеркалювало особливості часу, поглядів, усвідомлень та актуальних завдань, які виникали та поставали перед суспільством. В різних культурних традиціях можна зустріти глибоко філософські погляди на тілесність людини та різноманітні ритуальні, містичні або, навпаки, дуже буденні та все ще актуальні, практики тілесності. Так, наприклад, на ранньому етапі розвитку ведійської культури на території сучасної Індії існувала філософська ідея про те, що тіло є «їжа» (або жертва). Сенс цього полягає у тому, що протягом свого життя людина, яка пізнає світ, з необхідністю приносить у жертву своє тіло, яке спочатку набирається сил, удосконалюється та росте у соціальному просторі, а згодом – поступово втрачає життєву енергію разом із користю існування та, врешті решт, помирає, залишаючи по собі або ніщо, або цінні для людства надбання та знахідки. Все, що людство має зараз у вигляді сьогодення, є результатом напрацювань багатьох попередніх поколінь – їх поглядів, ідей, пошуків, винаходів в навіть помилок. Сучасні люди живуть у просторі, який був створений завдяки величезній кількості «тілесних жертв» пращурів, які було ними принесено заради майбутнього.

У древньо-грецькій культурі тіло культивували, вдосконалювали та намагались наслідувати богам: тренування, змащування, піклування про

тілесний образ сформувало, в значній мірі, як тілесні ритуали, так і всі європейські стандарти краси та зовнішньої привабливості.

Тіло людини пройшло шлях від ігнорування, поневолення та принесення себе у жертву єдиному богу в християнстві до тілесного бунту та спроби повернути собі свою тілесність, вивільнитися та придбати характеристики суб'єктності у постмодерністський період. Свого часу актуальності набула ідея про те, що без тілесності та оволодіння своїм тілом (вмінням контролювати його та свій емоційний стан) неможлива самоактуалізація та справжня свобода усвідомленого буття.

Тіло, тілесність, тілесний досвід та щоденні тілесні практики сучасної людини через багатогранність та багатшаровість цих понять досліджуються, розуміються та трактуються науковцями сьогодення по-різному в залежності від наукового дискурсу, вихідних положень та намічених цілей. На сьогодні погляди наукової спільноти на тілесність сходяться в тому, що людське тіло неможливо умістити та повністю дослідити в рамках антропологічного або релігійного підходів, через постійний та значущий вплив закономірностей бурхливого соціального життя XXI століття, який істотно трансформує та модифікує уявлення про людське тіло та тілесні практики.

Розгляд тілесності, як соціокультурного феномену, має врахувати процеси, зміни та нововведення в соціумі, які відбуваються під впливом економічних, соціальних і культурних чинників. Соціум, який висуває перед людиною власні вимоги, стимулює також і тіло людини до оволодіння соціокультурними знаннями, цінностями та змістами, що, в свою чергу, сприяє більш повноцінному функціонуванню людини та включенню її в урбаністичне життя. Таке активне занурення людини у соціокультурний простір призводить до істотних наслідків для тіла та тілесності особистості: тіло, як біологічний та фізіологічний атрибут існування людини, перетворюється в соціально обумовлене явище, стає продуктом, зліпком культурного впливу та уявлень про норму.

Тілесні практики, в свою чергу, є продовженням соціально-культурних тенденцій та, відповідно, породжують і формують певне сприйняття, відношення та розуміння власного тіла.

Отже, питання уявлень про тілесність та соціального в тілі людини видається значимим напрямком дослідження та пошукового інтересу, рівно як і способи формування та перетворення людини через залучення до практик тілесності, чому, власне, і присвячена дана робота.

Об'єкт: тілесність та тілесні практики жителів великих міст.

Предмет: тілесність як соціокультурний феномен, соціокультурні детермінанти тілесних практик мешканців великого міста.

Мета: розробити теоретико-методологічну логіку емпіричного дослідження уявлень про тілесність та виявити соціальні аспекти практик тілесності жителів великих міст.

Завдання:

1. Визначити концептуальні засади соціологічної інтерпретації тілесності.
2. Розкрити специфіку уявлень про виміри тіла та сутність тілесності сформовані в сучасних дослідженнях.
3. Уточнити теоретичне уявлення про тілесні практики мешканців великого міста в системі соціокультурних детермінант.
4. Обґрунтувати феномен практик тілесності, що відображають стратегію людей щодо піклування про свою тілесність.
5. Розробити дизайн та методологію кількісного соціологічного дослідження з метою виявлення уявлень міських жителів про тілесність, пошуку зв'язку між відношенням до тілесності, щоденними практиками та соціально-демографічними характеристиками.

Методологічну основу дослідження становлять принципи діалектики, історизму, системно-структурного, ретроспективно-історичного, порівняльно-історичного, феноменологічного та інтегрального підходів,

мультидисциплінарний підхід. Найважливішим методологічним принципом вивчення зв'язку між уявленнями про тілесність та практиками тілесності є застосування аналітичного еkleктичного підходу з урахуванням існуючих наукових досягнень. Для обробки результатів пошукового дослідження були використані методи статистичного аналізу та контент-аналіз відповідей на відкриті запитання.

Практичне значення результатів дослідження: результати випускної кваліфікаційної роботи мають практичне значення для можливої подальшої науково-дослідницької діяльності у галузі соціології тілесності та тілесних практик міських жителів.

РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ТІЛЕСНОСТІ: СОЦІОКУЛЬТУРНИЙ АСПЕКТ

1.1. Історична ретроспектива тілесності як предмету соціологічного теоретизування

Тіло та тілесність стали полем особливої зацікавленості для багатьох наукових дисциплін у ХХ столітті. При цьому буде справедливо зазначити, що в основі досліджень більшості батьків-засновників соціології лежало розуміння виняткового значення тілесної втіленості взаємодіючих індивідів [Scott, 1993], а отже можна сміливо стверджувати, що тіло протягом всієї історії розвитку соціології ніколи повністю не зникало з поля зору дослідників суспільства, але займало статус «незримо присутньої» компоненти соціального життя [Nettleton, 1998]. Захопленість тілом як феноменом, зміст та значення якого визначається саме у процесі соціальних взаємодій, стосується в більшій мірі тих теорій, які при інтерпретуванні соціального світу не відмовляються, а навпаки, враховують призму біологічних чинників [Пйонтковский, 2009].

Яскравим прикладом пояснення соціальних явищ з опорою на біологічний дискурс виступає расово-антропологічна теорія кінця XVIII – початку XIX століть. Жозеф де Гобіно (Joseph Artur de Gobineau) створив типологію людських рас, спираючись на фізичні риси та анатомічні характеристики людини. Ця теорія свого часу отримала широке розповсюдження, але є прикладом того, як на довгі часи було створене підґрунтя для соціальної нерівності. Так, приналежність до чорної раси досі підсвідомо асоціюється з нижчим рівнем інтелекту, поганим вихованням, обмеженою здатністю до професійного росту. Натомість біла раса виступає взірцем інтелектуальності, їй приписуються особливий потенціал, здатність розвитку, забезпечення соціальної стабільності та високі моральні цінності. Зазначений приклад демонструє, наскільки глибоко навіть зовнішні (не біологічні) відмінності людей, можуть інтегруватися у погляди на соціальні процеси та стати джерелом визначення класового поділу [Giddens, 2005].

З точки зору соціології зазначений біологічний дискурс не відповідає сучасним поглядам щодо формування та розвитку соціуму, але є інші аспекти сучасного життя (наприклад, політика, релігія тощо), щодо яких він залишається на сьогодні таким же актуальним, як й в минулі часи, про що Пйонтковский В. та Мажак І.М. зазначають: «Часто біологічний детермінізм критикують за надмірний редукціонізм, однак все-таки не треба нехтувати значенням цієї перспективи, адже вона прагнула пояснити чимало соціальних і політичних практик саме з використанням аргументації з біології. Наприклад, під кінець XVII ст. анатомічні відмінності між статями були підставою для нерівного трактування чоловіків і жінок, і саме біологія санкціонувала і зробила тривалими існуючі нерівності» [Пйонтковский, 2009].

Ще одним наочним прикладом натуралістичного підходу щодо уявлень про тілесність можна вважати здобутки американських дослідників Лоуренса та Бендіксена (Lawrence і Bendixen), які провели аналіз змісту навчальних підручників з анатомії (1890 і 1989 рр. видання) [Nettleton, 1996]. Вони розглянули та вивчили наявні ілюстрації чоловічої та жіночої тілесності, а також стиль викладення матеріалу та прийшли до висновку, що саме чоловіче, а не жіноче тіло трактується як норма, як біологічна модель репрезентації людської тілесності.

Соціологія тіла, як окремий соціально-культурний напрямок досліджень, привертає до себе увагу достатньо пізно, у 1984 році, завдяки праці Брайєна Тернера «Тіло та суспільство», в якій була визначена його концепція соматичного суспільства (somatic society) [Turner, 2008]. Ідеї класиків соціологічних наук (Е. Дюркгейм, М. М. Вебер, Т. Парсонс, Н. Еліас, І. Гофман з ідеями М. Фуко, Ф. Ніцше, К. Маркса) та теоретиків фемінізму, осмислені та поєднані Тернером, дали свій оригінальний результат – соціологічну теорію тіла, в якій підтримання стійкості соціальної системи залежить від вміння та майстерності при вирішенні завдань, пов'язаних з управлінням людськими тілами. На думку Тернера, в більшості ранніх соціальних теорій тіло індивіда

не виступало як безпосередній об'єкт дослідження. Свою теорію соціології тіла дослідник обґрунтував такими постулатами [Turner, 2008]:

1. Тіло одночасно є і частиною зовнішнього, природного середовища, і частиною культури, що виступає у ролі провідника самості у зовнішній світ. У зв'язку з цим, тіло – первинний об'єкт, що перетворюється людиною за допомогою письма, мови, релігії, різних культурних артефактів. Таким чином, тіло одночасно постає особливим феноменом для інтерпретацій та середовищем втілення соціальних норм та регуляції.

2. Необхідно розрізнити індивідуальне тіло та «тіло популяції». Тіло індивіда піддається соціальній регуляції на користь цілої популяції. Регуляція «тіла популяції» здійснюється у двох площинах: відтворення поколінь (контроль за сексуальністю) і розподіл у просторі. Цей постулат, на думку Тернера, тісно пов'язує соціологію тіла із політичною соціологією.

3. Тіло займає центральне становище у політичній боротьбі. Уявлення про тілесну норму, юність і старіння, гендерні відмінності, вписані в тіла, є соціальними конструктами, що варіюються протягом історії та від суспільства до суспільства, і є результатами певної «політики тіла» («body politics»).

4. Подання себе у повсякденному житті тісно пов'язане з тілесністю та тілесним перформансом. Управління тілом є ключовим фактором у формуванні враження в комунікації обличчям-до-особи. Отже, тіло індивіда відіграє значну роль як у макро-, так і у мікропорядку суспільства. Це положення тісно пов'язане зі спадщиною соціального інтеракціонізму, зокрема, роботами Ірвінга Гофмана.

Важливими та відчутними наслідками концепції Тернера є поява суспільних рухів, спрямованих на регулювання тіла, що починаються з феміністичних (кампанії «за» та «проти» абортів, дискусії щодо народжуваності тощо), гендерних (освіта, участь у політиці, державному управлінні тощо), і продовжуються ідеями руху “зелених”, які набирають оберти та підтримку свідомого суспільства й зараз [Пйонтковский, 2009].

Невдовзі після видання книги Брайана Тернера «Тіло та суспільство» проблематика соціології тіла поповнюється книгою Джона О'Ніла «П'ять тіл: людська форма сучасного суспільства» [O'Neill, 1985], в якій автор аналізує п'ять типів тіл – глобальне, соціальне, політичне, споживче і медичне, що визначає способи використання тіла, як ресурсу для утвердження та легітимації основних соціальних інститутів сучасності.

Так, на думку британської соціологині медицини Сари Неттлтон, розвиток напрямку соціології тіла (“sociology of the body”) та виокремлення тіла «медичного» стався у певній мірі через вплив феміністичних концепцій, які окреслили тілесність як знаряддя розмежування соціальних статусів жінок і чоловіків у суспільстві, а також через необхідність дискусії, спрямованої на обговорення питання можливості медичного втручання у процес біологічної репродукції людини [Nettleton, 1996].

Ще один британський фахівець, який зробив вагомий внесок у формування соціології тіла як окремої галузі досліджень, – Майкл Фезерстоун. Спираючись на марксистську критику суспільства споживання, дослідник аналізував глибинну сутність ролі, яка в постіндустріальному світі відведена тілу, як засобу подальшої експансії капіталістичної економіки та консьюмеризму [Featherstone, 1991].

Серед авторів, яких також можна віднести до класиків напрямку соціології тіла, варто також відзначити канадського дослідника Артура Франка, який запропонував, в якомусь сенсі, комплементарну Брайану Тернеру модель, яка описує процес конструювання суспільства на основі тілесних технік, що виникають у комбінаціях впливів дискурсів, інститутів та корпоральності [Frank, 1991]. Прикладом такого підходу можна вважати працю під авторством Кріса Шиллінга «Тіло і соціальна теорія» (1993 року), в якій «тіло-яке-ми-робимо» (a body-we-do) виступає одночасно як біологічний, так і соціальний феномен, що трансформується внаслідок участі індивіда у соціальному житті. На думку Шиллінга, в класичних соціологічних теоріях тіло все ж таки не було зовсім відсутнім, а характеризувалося «розсіяною присутністю» («absent

presence») [Bordo, 1998]. Як зазначає К. Шиллінг, у роботах таких класиків, як Карл Маркс, Еміль Дюркгейм і Георг Зіммель, тіло, не будучи головним предметом інтересу, одночасно виступало багатовимірним посередником улаштування суспільства: його джерелом (креативне включення в соціальне життя), розташуванням (зосередження соціальних норм і структур) та засобом (двосторонній зв'язок індивідуального та колективного) [Brook, 1999].

Найважливішим екзистенційним виміром життя сучасної людини є, на думку англійського соціолога XX століття Е. Гідденса, тотальний сумнів, а навколишній світ суб'єктивно відчувається як існуючий далеко за межами індивідуальних можливостей контролю. У цій ситуації управління характеристиками свого тіла стає найбільш доступним способом створення та підтримки безперервності самототожного "Я", або самоідентичності – "постійного почуття безперервної духовної та тілесної особистості" [Giddens, 1991]. К. Шиллінг продовжує лінію Гідденса та концептуалізує тіло людини як незавершений біосоціальний феномен, який є «проектом, над яким потрібно працювати, і який реалізується як частина самоідентичності індивіда» [Shilling, 2003].

Прикладом міждисциплінарного трактування тілесності є соціологічно-антропологічний підхід Марселя Мосса (Marcel Mauss), в якому він розглядає тіло як об'єкт дії різноманітних впливів та історичних подій [Mauss, 1973]. Пйонтковский В. та Мажак І. М. пишуть про підхід Марселя Мосса наступне: «Він створив класифікацію способів використання тіла у залежності від соціокультурного контексту його функціонування. Трансмісія соціально-культурних зразків у певній соціальній спільноті генерує певну тілобудову, ходу, способи вживання їжі, сну, гігієни та зразки репродукції. Марсель Мосс вважав, що у процесі суспільного розвитку можна спостерігати анатомічно-фізіологічну трансформацію тіла у залежності від суспільно акцептованих технік і ритуалів використання тіла» [Пйонтковский, 2009]. Під впливом культури, а також в залежності від статі та віку, відрізняються й способи використання тіла. М. Мосс відстежив механізм “символічного трансферу”

через імітацію атрибутів, зразків поведінки, зовнішнього вигляду та естетичних уявлень між вищими і нижчими верствами сучасного йому суспільства.

Концепція історичної зміни зразків “соціалізації” тіла Норберта Еліаса (Norbert Elias) є ще одним цікавим науковим поглядом на тілесність, який комбінує соціологічний, антропологічний та психологічний підходи. Еліас вважав, що людина завжди знаходиться під впливом історичних і цивілізаційних умов, які впливають на її поведінку, вписана в соціальний контекст, а фізіологічні способи взаємодії з власним тілом мають суспільний характер. Він відстежує вплив на уявлення про тіло соціальних правил поведінки, таких як: звичаї, норми, етикет поведінки та прийнятні образи в зовнішньому вигляді, усталені уявлення щодо прийняття їжі. При цьому ним констатується поява протягом XVI ст. таких раніше не властивих людині рис, як відчуття сорому і сором’язливості по відношенню до свого тіла. Це, в свою чергу, призводить до тенденції поступового збільшення контролю над власним тілом, скритність у реалізації гігієнічних процедур й зростання підвищеної делікатності в сфері тілесності [Elias, 1980].

Підсумовуючи концепцію Норберта Еліаса, Пйонтковский В. та Мажак І. М. зазначають: «Отже, процес зміни тіла під впливом цивілізації за Н. Еліасом охоплює три ключові динамічні явища. Першим з них є вже згадувана соціалізація, під якою розуміємо заохочення до приховування перед іншими членами суспільства “природного виміру” своєї тілесності. Вияв цього відбувся в процесі цивілізаційного розвитку через перенесення акценту з антропометрії біологічного тіла в бік соціального. Саме тоді багато фізіологічних функцій було віднесено до дуже сором’язливих. Наступним явищем, що вплинуло на спосіб визначення тілесності, стала раціоналізація, адже в процесі цивілізаційної революції людина стає щораз більш раціональною, водночас зменшується її емоційна мотивація до діяльності. І нарешті, у третьому, останньому явищі, Н. Еліас акцентує увагу на процесі прогресуючої індивідуалізації, що є особливо важливим для соціології тіла та соціології здоров’я...» [Пйонтковский, 2009].

Інший тренд розвитку соціології тіла полягав у неприйнятті абстрактних теоретичних побудов разом із стійким превалюванням у них структуралістських поглядів [Howson, 2001], які склалися, не в останню чергу, завдяки впливу ідей Мішеля Фуко.

Постмодерністом та представником конструктивізму прийнято вважати Мішеля Фуко, оскільки він розглядає тіло як об'єкт та результат соціального впливу різних інституцій. Цей образ об'єктивованого тіла, яке у нас є (a body-we-have), присутній у теоріях, де використовується модель соціального регулювання та дисциплінування. У цьому ракурсі тіло, що протиставляється розуму, сприймається як об'єкт докладання влади та контролю з боку численних соціальних інститутів та дискурсивних режимів. «Але тіло безпосередньо занурене і в область політичного. Відносини влади тримають його мертвою хваткою. Вони захоплюють його, таврують, муштрують, катують, примушують до праці, змушують брати участь у церемоніях, робити знаки. Політичне захоплення тіла пов'язане складними двосторонніми відносинами з його економічним використанням; тіло захоплюється відносинами влади та панування, головним чином, як продуктивна сила. Але, з іншого боку, його функція як робочої сили може здійснюватися тільки в тому випадку, якщо воно залучено до системи підпорядкування (де потреба служить, також, політичним інструментом — ретельно підготовленим, розрахованим і використовуваним); тіло стає корисною силою тільки в тому випадку, якщо є одночасно тілом продуктивним і тілом підлеглим», – зазначає Мішель Фуко [Фуко, 1999].

Система політичних, медичних, релігійних, військових, соціальних та інших інститутів, на його думку, є джерелом соціального порядку, уявлень про норми поведінки, тілесні практики та прийнятне розуміння тіла. Фуко стурбований, насамперед, проблемою формування «соціального тіла». Він вважає, що розвиток капіталізму міг бути забезпечений «лише ціною контрольованого включення тіл до апарату виробництва та через припасування феноменів населення до економічних процесів» [Фуко, 1996]. Дослідник дає характеристику тілу людини XXI століття наступним чином: «Тіло стає

мішенню нових механізмів влади та підлягає новим формам пізнання. Це швидше тіло вправи, ніж умоглядної фізики. Скоріше тіло, яким маніпулює влада, ніж тіло, наділене тваринною свідомістю. Тіло корисної муштри, а не раціональної механіки, але тіло, в якому саме завдяки цьому факту нагадують про себе деякі природні вимоги та функціональні обмеження» [Фуко, 1999].

В своїх відомих працях «Історія сексуальності» та «Наглядати та карати. Народження в'язниці» М. Фуко детально дослідив та обґрунтував значну роль систем нагляду, дисципліни та покарання на формування стану підкорення, соціального ставлення до сексуальності та до тіла в цілому. «У будь-якому суспільстві тіло затиснуте в лещатах влади, що накладає на нього примус, заборони або зобов'язання», – підсумовує французький науковець [Фуко, 1999].

В свою чергу, феноменологічно орієнтовані дослідники прагнули перевести увагу соціології від тіла, як об'єкта, до тіла, як суб'єкта набуття знання, чуттєвого досвіду та самостійних стратегічних дій задля досягнення власних цілей. Моріс Мерло-Понті (1908-1961), згідно з яким тіло є основою людської інтенціональності, справжнім суб'єктом сприйняття, спостерігачем, відповідальним за свої слова та дії, писав у своїй книзі «Феноменологія сприйняття» («Phenomenology of perception»): «Моє тіло – це тканина, в яку загорнуті всі об'єкти... Моє тіло – це стрижень світу: я знаю, що об'єкти мають кілька граней, тому що я зміг їх розглянути, і в цьому сенсі я усвідомлюю світ через своє тіло» [Bullington, 2013]. Таким чином внутрішній, приватний та особистий спосіб пізнання відповідає тілу-суб'єкту. Уявлення про тіло-яким-ми-є (a body-we-are), розуміння якого знаходиться за межами мови, і можливо лише через самовідчуття. М. Мерло-Понті позиціонує тіло як те, що утворює з розумом і особистістю людини єдине і нерозривне ціле, як те, що відчуває, мислить і діє як суб'єкт, який переживає свій живий досвід. Ці ідеї феноменологічної філософії знаменували звернення дослідників до вивчення реального живого досвіду та тілесно втілюваних намірів взаємодіючих індивідів [Williams, 1998], а також відкритість впливам інших дисциплін – феміністської теорії, семіотики, культурної антропології, психоаналізу та ін.

[Howson, 2001]. Мерло-Понті «живим тілом» називає взаємодію систем духовно-тілесне-світ. Тіло, як матеріальний об'єкт, здатний до самоусвідомлення, не може розумітися ніяк інакше, окрім як живе тіло: і фізіологічне, і психологічне. Але Мерло-Понті не вбачає в цьому ніякої дихотомії. У тілесному можна спостерігати духовність, а духовне людини, проявлене саме завдяки тілу, воно ніби укладено в тіло. Тіло, що досліджує та характеризує Мерло-Понті, — це не об'єктивне тіло у своїй матеріальності, а суб'єктивне, живе тіло у його постійному «діалозі» із зовнішнім світом [Bullington, 2013].

Яскравим прикладом феноменологічно орієнтованої теорії дисоціації суб'єкта з тілом є концепція відсутнього тіла (absent body) Дрю Ледера (The Absent Body. Chicago: University of Chicago Press, 1990). За Ледером, у повсякденній діяльності тіло випадає з уваги людини, виникаючи в досвіді суб'єкта, переважно у зв'язку з переживанням травми та хвороби, які обмежують дії індивіда. В інтерпретації Кріса Шиллінга, цей підхід не пропонує універсальну концепцію тіла, а лише відображає положення тілесно втілених суб'єктів у високо раціоналізованих суспільствах, в яких, головним чином, цінується інструментальна дія [Shilling, 2005].

1.2. Сучасні соціологічні аспекти уявлень про тілесність

Серед ключових чинників, які впливають на сучасне суспільство постмодерну, соціологи виокремлюють процеси індивідуалізації, збільшення ризиків внаслідок індустріального та технологічного розвитку, секуляризацію, постправду, загальний абсурд життя, розрив соціальних і духовних зв'язків, втрату моральних орієнтирів у світі (яскравим прикладом чого є триваюча наразі війна в Україні). Дисгармонія, деструкція та прийняття кризового періоду у розвитку всього суспільства й окремої особистості – такі основні ознаки постмодерного світу. При цьому всьому, постмодерністи відмовляються від догматизму, чітких кордонів та прийняття конкретної позиції. Внаслідок

чого наш світ стає роздвоєним, багатозначним, рухливим, сповненим, з одного боку розгубленістю та сумнівами, а з іншого – творчим ставленням до традицій та правил, більш відкритим та сміливим, в тому числі, у сфері самосприйняття власної тілесності та маніпулювання нею. Все це сприяє зміні «нормальної» біографії на виборчу, «зроби-сам-біографію» («do-it-yourself biography») [Beck, 2002], внаслідок чого перед індивідом відкривається перспектива рефлексивного самоспостереження, саморозкриття та права винаходити себе знову й знову протягом життя.

На думку соціологів, невід'ємними змінами у суспільстві постмодерну є підвищена увага до тілесності та доступної можливості її перетворення. Масове поширення тілесних канонів через культуру засобами інтернет та впровадження у повсякденне життя новітніх технологій моніторингу та турботи про тіло у сучасному світі змусили академічну спільноту звернути увагу на тіло індивіда, як на соціокультурний феномен, та сприяли інституціоналізації тіла. За твердженням Шиллінга, «в даний час західні суспільства достатку мають знання і технології достатні для того, щоб втрутитися в тіло, і значним чином змінити його; і все більша кількість людей перейнялася своїм тілом як об'єктом незакінченим, який формується і частково знаходить своє «завершення» в результаті вибору між стилями життя» [Archer, 1998].

Сучасне занепокоєння контролем над власною життєвою стратегією, самістю і тілом вважається результатом руйнування традиційних ритуалів переходу та ініціації, які чітко розділяли фази життя: народження, набуття самостійності, вступ у дорослі соціальні відносини тощо. В той час, як внаслідок процесів секуляризації та деморалізації соціального життя з'явився страх безглуздості власного буття [Giddens, 1991]. У такій ситуації фокус індивідуальної уваги переміщується на вибір стилю життя і, відповідно, тілесності як невід'ємної частини цього рішення та останнього матеріалу, що пропонує ілюзію контролю над ситуацією [Shilling, 2005]. Нестабільність і анемічність постмодерну в реальності існування особистості стали одним із джерел труднощів, адже вони змушують людину включатися в безперервну

реорганізацію ідентичності. В умовах перманентної нестабільності соціуму, єдиною інваріантою, яка лишається до останнього часу людині, є зв'язок з її тілом [Доній, 2014]. Висока значущість тіла індивіда щодо самопрезентації його самості через тілесність було сформульовано в працях Ірвінга Гофмана. Згідно з соціологом, тіло постає важливим фактором включення до соціальної взаємодії та формування соціальної ідентичності: «Для індивіда надзвичайно важливо, що саме його зовнішність постійно повідомляє про його соціальну ідентичність усім, з ким він перетинається» [Гофман, 2001].

«Проте домінуючим підходом у сучасній теоретичній інтерпретації феномену тілесності все ж таки є конструктивістський, коли тілесність розглядається, як визначуване різноманітними чинниками (наприклад, владними, ідеологічними, культурними, політичними, соціальними тощо)», – зазначає українська дослідниця О. Гомілко у своїй дисертації «Феномен тілесності» [Гомілко, 2007].

Глибоко вивчаючи тему тілесності, О. Гомілко виокремлює наступні впливові, смислоутворювальні роботи в рамках теми «Соціологія тіла»:

- Книга «Прочитання соціального тіла» (Reading the Social Body) під редакцією К. Барроуз (C. V. Burroughs) та Дж. Д. Айренріх (J. D. Ehrenreich). Дослідження присвячене шляхам та способам вписування соціальних сенсів у людське тіло, значення тіла як культурного феномену.
- Видання «Тіло та суспільство» (Body and Society) під редакцією Ф. Макнатен (P. Macnaghten) та Дж. Уррі (J.Urry) – збірка, в якій відображається динаміка зміни інтересу суспільства до вивчення тілесності.
- Збірка «Тіло, культура та суспільство. Вступ» (The Body, Culture and Society. An Introduction) викладена з феміністичних позицій та “філософії відмінностей”. Тіло, на думку авторів, є рупором для політичних та особистісних сюжетів, що проблематизуються та отримують можливість на відреагування в суспільстві, що називається «соматичним».

- Дослідження Н. Крослі (N.Crossley) «Соціальне тіло. Звичка, ідентичність та бажання» (The Social Body. Habit, identity and desire). О. Гомілко зазначає щодо даної роботи наступне: «Теза про те, що ми є нашими тілами і що наші тілесні способи буття укорінені у звичці, формує змістовний фокус даної книги. У методологічному відношенні Н. Крослі апелює до феноменології тіла М. Мерло-Понті. Розробка на її основі теорії звички дозволяє автору визначити як тілесну природу соціального життя, так і соціальну природу людського тіла. Вже не дух-тіло, а тіло-суспільство (bodysociety) визначає основну проблему соціології тіла» [Гомілко, 2007].

Українська дослідниця тілесності, продовжуючи розмірковувати про тіло людини, вказує на існування «п'яти головних культурних сенсів тілесності: як маніфестація культурної реальності та її унаочнення; як тілесна передумова й умова здійснення різноманітних культурних практик; як засіб комунікації та символізації; як визначальний чинник організації культурної реальності та способу людського буття; як об'єкт культурних артикуляцій та оцінок (культурна семіотика тіла). Встановлено, що онтологічна значущість тілесності полягає в тому, що людське тіло (у сукупності соматичних, вітальних, психічних потреб та якостей людини) – це активний початок культури, один з її головних дієвих чинників, через який конституюється сама культурна реальність, а тому сама тілесність людини – це не органічна, природна її передумова, а як культурно-антропологічний феномен, визначник та фундаментальна характеристика людського буття» [Гомілко, 2007].

Ще однією сучасною тенденцією щодо уявлень про тілесність є думка французького філософа, автора теорії співтовариства як буття-разом, професора філософії Страсбурзького університету – Жан-Люка Нансі, який констатує факт відчуження тіла у сучасній культурі. Історія Заходу для Ж.-Л. Нансі – це історія прогресуючого відчуження тіла. Через постійні війни відчуження панує на всіх рівнях суспільства: на індивідуальному рівні воно виявляється у фрагментарності сприйняття власного тіла та у відсутності іншого досвіду –

переживання тіла у його цілісності; лише на рівні соціальних інститутів людське тіло сприймається як інструмент суспільних відносин; на інтелектуальному рівні, починаючи з філософії Платона, тіло сприймається як протилежність ментальному початку, як перешкода в гносеологічних процесах. На думку дослідника, європейське мислення сконструювало образ тіла як чужого іншого: ««Тіло», яке з усією невпинністю стало назвою Чужого, – ось яку думку ми довели до кінця. Я говорю це без іронії, не принижуючи Заходу. Швидше, я боюся недооцінити крайнощі цього мислення, силу відторгнення, в ньому закладену, та необхідність його подолати» [Нансі, 1999].

Прикладом практичного втілення даної концепції в умовах сьогодення можна вважати специфічний медичний розлад – гендерну дисфору. Гендерна дисфорія (від англ. «gender» – рід та від грец. «δυσφορέω» – страждати, мучитись, тобто дослівно – «гендерні страждання») означає дискомфорт або дистрес, що обумовлені розбіжністю між статевою ідентичністю індивіда і статтю, яка природньо була дана йому при народженні (і пов'язаною з цим гендерною роллю і/або первинними та вторинними статевими ознаками). Гендерна дисфорія вважається розладом гендерної ідентичності. Такий розлад є характерним для трансгендерного стану, коли людина не може повністю прийняти свій гендерний статус чоловіка або жінки та відчуває гостре незадоволення ним. Гендерна дисфорія може мати різні причини, тривалість та характеризується індивідуальними зовнішніми проявами [Шевченко, 2016].

Німецький філософ Петер Слотердайк висловлює думку про те, що символічне сприйняття тіла змінюється фізіологічним. Він стверджує: «Кордони тіла стають виключно межами власного тіла. Людина дбає про тіло за допомогою медицини та гігієни і в цьому догляді марно намагається повернути собі відчуття безпеки. Відчуження від тіла виникає у разі спрощення тілесного образу. Це призводить, по-перше, до формування образу тіла як інструменту для вирішення обмеженої кількості завдань. І, по-друге, відчуження тіла виникає, коли людина, відокремлюючи свідомість від тіла та сприймаючи тіло як річ, віддає його у користування іншим: моді, медицині, спорту, виробництву.

Тіло стає нормативним у таких соціальних відносинах і відчуженим від особистісного буття самої людини. Відчуження виникає внаслідок розбіжності індивідуального та колективного» [Слотердаjk, 2010]. У своїй книзі «Критика цинічного розуму» П. Слотердаjk стверджує, що слід подолати та залишити в минулому уявлення про людину як про розумну істоту і відкрити тіло як «орган, що відчуває світ» [Слотердаjk, 2001].

Широковідомий визнаний в усьому світі науковець, філософ, соціолог, невпинний дослідник сучасної людини та суспільства споживання, Жан Бодрійяр, у своїй праці “Символічний обмін та смерть” виділяє доволі негативні чотири моделі тіла. Так, наприклад, він виокремлює форму тіла «труп» як ідеальне тіло для медицини, а «звіра» вважає «ідеальним опорним поняттям» для релігії. Для політичної економії ідеальним типом тіла, на його думку, є «робот» – досконала модель функціонального «звільнення» тіла як робочої сили, екстраполяція абсолютної та безстатевої раціональної продуктивності. Для системи політичної економії знака базовою моделлю тіла є «манекен». Ж. Бодрійяр пише: «Тіло сексуально розчаровується, стає манекеном, про що і говорить статева нерозрізненість слова *mannequin*. Манекен цілком сексуальний, але стать в нього без'якісна. Його стать – мода. Або, вірніше, у моді стать втрачається як відмінність, зате стає загальним як референція (як симуляція). Все безстатеве, проте все сексуалізоване. Втративши свою особливість, чоловіче та жіноче теж отримують можливість безмежного посмертного існування» [Бодрійяр, 2000]. Однією із думок, що червоною ниткою проходить в працях Ж. Бодрійяра – це суперечність очікуваним результатам отриманого “звільненого тіла”, яке все одно не стає тілом задля самого себе, із відкиданням заборон і умовностей ми отримуємо нівеляцію всього тілесного. Чи, принаймні, тих атрибутів тілесності, які ми звикли вважати визначальними: єдності, індивідуальності, самопрезентації, сексуальності, свободи від маніпуляцій [Муха, 2010].

Також Жан Бодрійяр, якого прийнято вважати «гуру постмодернізму», відкинув завісу над «нереальністю того, що відбувається», аналізуючи

суспільство споживання (яке раніше значилось «суспільством достатку») та образи дійсності, створювані рекламою та ЗМІ. Він говорить про те, що ми живемо у світі псевдореальності: псевдоподій, псевдоісторії та псевдокультури, які складаються з нескінченного потоку копій і симулякрів. Культ тіла, на думку Жана Бодрійяра, зайняв на сьогодні місце душі. Філософ вбачає прояви цього культу у пропаганді масового спорту, у рекламі косметичної продукції та засобів догляду за тілом, у манії здоров'я, що супроводжується нечуваним зростанням використання ліків та різних медичних послуг. Нас ніби зі всіх сторін запрошують та провокують доглядати за своїм тілом-товаром, оскільки його краса, ідеальні пропорції та форми становлять знак достатку, престижу, статусності. Ж. Бодрійяр пише у своїй книзі «Суспільство споживання»: «У наборі споживання є об'єкт більш прекрасний, дорогоцінний, яскравіший, ніж усі інші, більш навантажений конотаціями, ніж автомобіль, об'єкт, який, проте, їх підсумовує: це – Тіло. Його «нове відкриття» після тисячолітньої ери пуританства, що відбулося під знаком фізичного і сексуального звільнення, його всюдисутність в рекламі, моді, масовій культурі (і особливо жіночого тіла, потрібно зрозуміти чому), гігієнічний, дієтичний, терапевтичний культ, яким його оточують, нав'язливість молодості, елегантності, мужності чи жіночності, догляду, режимів, жертвних занять, які з ним пов'язані, міф Задоволення, який його огортає,— все сьогодні свідчить, що тіло стало об'єктом спасіння. Воно буквально замінило собою душу в цій моральній та ідеологічній функції» [Бодрійяр, 2006]. Згідно з поглядами французького соціолога, тіло впадає в залежність від «капіталістичних» цілей, реалізує нормативні принципи насолоди і гедоністичної рентабельності, не служить особистим цілям та вподобанням його власника, а скоріше виступає об'єктом інвестиції лише для того, щоб змусити його приносити дохід. Тіло примушене «до інструментального, безпосередньо індексованого відповідно до коду і норм суспільства виробництва і регулювання» [Бодрійяр, 2006]. Сучасне тіло в рамках такої парадигми стало повністю відчуженим від самої особистості через перевантаженість знаками, символами, превалюючими усталеними переконаннями, метафорами, образами. Вони створюють симуляцію тіла, а це

призводить до того, що навколо тіла розгортається справжня паніка – сексуальна, спортивна, модельна – зумовлена саме зникненням тіла та надлишком засобів його симуляції.

Важливо зазначити, що на думку української дослідниці Ольги Мухи: «Людина західного світу не спроможна сприймати своє тіло цілісно і тому вигадує особливий спосіб власної тілесної самопрезентації». В своїх дослідженнях тіла вона визначає цілих сім, достатньо різносторонніх, умовних форматів ставлення сучасної людини до власної тілесності: 1) співіснування; 2) аскетичний; 3) гедоністичний; 4) здоровий; 5) спортивний; 6) естетичний; 7) тіло як раціоналізатор, “наглядач душі” [Муха, 2010]. О. Муха йде ще далі у своєму аналізі сучасних уявлень тілесності та невтішно констатує наступне спостереження: «Поставивши тіло в центр процесів комунікації у максимально широкому сенсі цього поняття, суспільство ХХ ст. відібрало у людського тіла його природну самотність, навантаживши атрибутикою “комунікативної тілесності”. Результатом реальних комунікаційних практик такого типу виступає, за версією В. Подороги, формування “післяпорогового тіла” – своєрідного “тіла без органів”: сновидницького, злочинного, епілептичного, садо-мазохістського, гранично інтенсивного, екстатичного тощо. Надмірний тілесний досвід, за гострого дефіциту адаптивних механізмів, увінчується або укладенням універсального типажу – перверсивного тіла, або формуванням його найвищих еталонів – “тіла святості” чи категорії юродивих. Звідси і формується інтенсивна, неорганічна концепція тіла – “тіла без органів”, чи, радше, поза ними» [Муха, 2010].

Цікавим також є погляд Пйонтковського В. та Мажак І. на сучасні соціальні передумови зміни відношення до тілесності у ХХІ столітті: «Описуючи чинники, що визначають контекст створення соціології тіла, необхідно звернутися до “культурної своєрідності” новітньої епохи, яка змінювала ставлення людини до власної тілесності. Істоті “новітнього тіла” відповідає постать воїна чи робітника. Їхні тіла були необхідні для первинної акумуляції капіталу і побудови індустріального суспільства, у той же час

проблемою була фізична дисфункціональність і тілесна непридатність. Політичним наслідком цього типу обставин постав євгенічний рух, що спрямовувався на проведення медичних операцій для біологічного “удосконалення” популяції. Тим часом, разом зі зникненням рис новітнього суспільства, зменшувалась потреба на тілесні символи індустріальних суспільств – тіло воїна і тіло робітника. Біологічне тіло набрало вже іншого значення, настала “тілесна еволюція” від постачання благ до колекціонування пережитого. Ця зміна означає адаптаційну реакцію на нові умови, де крім відкидання обов’язкових норм поведінки, орієнтоване на отримання переживань і задоволення тіло, стає одночасно засобом для зменшення особистого страху і непевності. Особи, що живуть у соціальній реальності, котра швидко змінюється, позбавлені почуття контролю над оточенням, однак знаходять його в культурі й поклонінні власному тілу. Сучасне тіло функціонує в умовах переважання споживання, де споживання є синонімом задоволення, та оскільки споживання стало головною засадою, що організовує суспільний порядок, то звідси випливає, що задоволення означає головну потребу тіла. Тому не здоров’я, а форма (fitness) стає основною потребою, яка мусить бути задоволена. Термін “форма” вказує не стільки на бажання бути здоровим, скільки на здатність до абсорбування запропонованих через ринкову мережу чисельних задовольень. Надання тілу форми зводиться не до оздоровлення, а до більшої диспозиційності відчуття задоволення від споживання» [Пйонтковский, 2009].

В сучасних умовах інформаційного тиску, відсутністю будь-яких стандартів комунікації із споживачами та множинності каналів впливу на особистість, слід також пам’ятати про те, що знаннями про людське тіло можна маніпулювати, виходячи з явних чи прихованих цілей різних інституцій. Так польський дослідник Є. Бінчик, в якомусь сенсі наслідуючи ідеї М. Фуко, розвиває концепцію медичного дискурсу та звертає увагу на той факт, що культура починає розглядати тіло й тілесність щораз більш інструментально, як предмет, яким можна маніпулювати, управляти і оцінювати. Матеріальний

вимір тіла набуває предметного характеру, що відкриває дорогу “медичній експансії”, де лікарі перебирають контроль над тілом [Wińczyk, 2002].

Підтверджуючи думку про силу впливу соціальних медіа на уявлення людей про тіло, Тетяна Бурейчак, українська дослідниця тілесності у рекламі, пише: «Тіло – не просто фізіологічна оболонка, а соціальний продукт, який є об’єктом ретельної соціальної регламентації та контролю. Тому великого значення набувають практики вдосконалення тіла як деякого незавершеного продукту, які реалізують за допомогою множини засобів догляду за ним. На символічному рівні це набуває форми тілесної комодифікації, тобто наближення до тілесних ідеалів через купівлю відповідних товарів та здійснення певних консюмеристських практик. Рекламний дискурс рясніє найрізноманітнішими (емоційними, ціннісними, раціональними) способами переконання індивіда у важливості використання відповідних товарів для догляду за тілом. Таке “вдосконалене” тіло здатне перетворюватися на капітал та гарантувати індивіду отримання інших бонусів (гарний настрій, захоплення та визнання, успішність тощо). Отже, саме тіло символічно перетворюється на товар. Рекламною схемою переконання в такому разі часто стає втрата соціальної комунікації через невідповідність тіла/зовнішності соціальним канонам краси та її набуття за допомогою використання рекламованого продукту» [Бурейчак, 2007].

Враховуючи зазначені вище дослідницькі погляди на тілесність, які нехай не у повному обсязі, але все ж таки розкривають, часом доповнюють, а іноді суперечать один одному, на думку О. Гомілко тілесність у контексті сучасності, перетворюється у тему новітніх проблем та випробувань для людства. Перераховуючи такі видання як: „Віртуальні тіла: присутність/ практика/ технологія” (The Virtual Embodied: Presence/Practice/Technology) під редакцією Дж. Вуд (J. Wood); „Постлюдські тіла” (Posthuman Bodies) під редакцією Дж. Холберстан (J. Halberstam) та І. Лівінгстон (I. Livingston); М. Е. Глін (M. A. Glean) „Земні тіла. Перевідкриття наших планетарних відчуттів” (Earth bodies.

Rediscovering Our Planetary Senses), вона зазначає, що ці книги намагаються піддати аналізу три великі виклики людської тілесності.

Першим є екологічний виклик, як наслідок глобального економічного розвитку та тенденцій до урбанізації. О. Гомілко пише: «Він ставить під питання можливість відтворення природних основ людського буття, й відтак – подальше існування людини як живої істоти. Дослідження М. Е. Гліна феномену земного вкорінювання тіла ('earthbodying') доводить нашу тілесну неналежність собі, натомість виявляє нашу тілесну причетність до динамічних процесів світу через сприйняття, відчуття та почуття, завдяки котрим сенс світу стає можливим бути розкритим для нас». Віртуальний виклик (доповнена реальність, роботизація, розробки в напрямку штучного інтелекту тощо) – є другим викликом та не менш важливою проблематикою, з якою стикається людство у XXI столітті. «По-третє, могутнім викликом усталеній тілесності й існуючим у культурі флеш-іміджам стала деструкція нормативного тіла культури. Сучасне людство переживає перехід від нормативної тілесної моноцентричності маскулінного типу, властивої класичній культурі, до поліцентричності культурного самовизначення тілесності», – зазначає дослідниця [Гомілко, 2007].

Завершуючи оглядовий аналіз теми тілесності в сучасних уявленнях дослідників та надбань в цьому напрямку, на жаль, слід зазначити, що у 2019 р. у Міжнародній та Європейській соціологічних асоціаціях (ISA та ESA) відсутні дослідницькі комітети під назвою «Соціологія тіла» (у першій з них є комітет RC54 під назвою «Тіло в соціальних науках»). А, наприклад, у програмі найбільшої в галузі тілесних досліджень міжнародної конференції «Конструюючи тіло в XXI столітті», яка походила у 2016 році в Університеті Пітсбурга, при всій тематичній різноманітності секцій і представлених у ній доповідей, була відсутня згадка соціології. Вказані явища, безумовно, мають негативний характер для розвитку соціології тілесності, але, з іншого боку, якщо сфокусуватись на можливостях, для амбітних молодих українських дослідників соціології тіла розкривають певні додаткові перспективи.

Висновки до розділу I

Тіло людини ніколи не було позбавлене інтересу, пильної уваги та раціонального аналізу з боку мислителів і науковців й, навіть більше того, завжди в тій чи іншій мірі було важливим об'єктом дослідження найдавнішої науки – філософії. Наприклад, достатньо згадати класичне питання філософського дискурсу, а саме – питання про співвідношення між духом і тілом людини та характер їх взаємозв'язку (онтологія людського тіла). Категоріальне протиставлення душі й тіла, розпочате Сократом, сформувало аксіологічний аспект розгляду цієї теми. Простежуючи, як протягом часу змінювались погляди на тіло, слід зазначити, що для Сократа тіло було зовнішньою оболонкою, випадковою для сутності людини. Платонівська концепція душі в тілесній оболонці описувала погляд на людину, як на поєднання зовнішнього – тіла, та внутрішнього – душі. Аристотель зробив серйозний крок вперед та синтезував натурфілософські погляди на людське тіло з ідеями дуалізму душі та тіла, й усунув сумніви щодо питання про їхню єдність. Значне місце зайняло тіло й в гносеологічних дослідженнях, де воно представлено як зосередження органів чуття людини, як джерело безпосередніх відчуттів. Символічна концепція, яка спочатку виходила з положення Аристотеля про душу, як форму тіла, набула свого подальшого розвитку в філософії схоластів та отримала своє продовження в феноменології (А. Арто, Ж. Батай, Е. Гуссерль, М. Мерло-Понті, Ж-Л. Нансі). Феноменологічна очевидність тіла ніби висловлює «внутрішнє тіло». Так, М. Мерло-Понті показав, що за допомогою тіла відбувається не лише символічне відображення внутрішнього змісту особистості, але й символічне відображення світу в цілому [Доній, 2014].

Соціально-філософський аналіз уявлень про тілесність людини та зацікавленість дослідників тіла питаннями співвідношення біологічного і соціального в західному гуманітарному світі розвивалося, в основному, у двох напрямках, започаткованих ще давніми греками. Перша парадигма була з

акцентом на природну, біологічну сутність феномену тілесності, який будучи розміщений в соціальному просторі «пристосовується» до нього, адаптується, вписуючись у своє оточення, при цьому зберігаючи стрижень власної природності (Геракліт, Демокрит). З часом ці уявлення набувають все більш натуралістичного характеру, зокрема, у філософії Просвітництва (Вольтер, К.А. Гельвецій, Ж.О. Ламетрі, Ж.-Ж. Руссо) та розвивається в соціобіологічних теоріях XIX – XX ст. (Е.О. Вілсон, А. Гелен, Г. Спенсер). Друга парадигма – з акцентом на соціокультурній сутності тілесності, «природність» якої повністю інтегрована та сконструйована соціальними атрибутами, є залежною та контрольованою різноманітними інституціями, розщеплена у модних тенденціях та позбавлена своєї самоцінності. Це положення набуває свого подальшого розвитку в епоху Відродження (М. Кузанський, Піко Делла Мірандола, П. Помпонаці).

У рамках екзистенціальної філософії тіло має власну цінність, розглядається як джерело особливого роду чуттєвості, що й надає людині єдину змогу пізнавати навколишній світ (М. Гайдеггер, Г. Марсель, Х. Ортега-і-Гассет, К. Ясперс).

Соціально-конструктивістська позиція базується на передумові про те, що тіло більшою мірою є рецептором, ніж генератором соціальних змін. Структуралістський підхід до тілесності припускає, що поведінка акторів залежить від наявності неявної зовнішньої детермінанти – інститутів, що формують та створюють макросоціальний контекст дії.

Видатні постструктуралісти (Ж. Лакан, М. Фуко, Жан Бодрійяр) визнають реалізацію тілесності людини лише через соціум, але таке втілення відбувається не просто при взаємодії з іншими людьми, а в соціокультурному просторі, який і наділяє тіло та тілесність конкретним змістом. Таке тіло є результатом дисципліни та підпорядкування колективному. Вітчизняний філософський дискурс розглядає тіло та тілесність як найважливішу складову буття людини (науковий доробок сучасних українських філософів таких як: О. Гомілко, Л. Газнюк, О. Кисельова, В. Косяк, Н. Медведєва, О. Муха, А. Осипов, Ю.

Семенова тощо) [Доній, 2014].

Н. Еліас, П. Бурдьє, Е. Гідденс, К. Шиллінг, як представники інтегративної перспективи, виходять із положень про взаємну обумовленість соціальних структур і тілесно втілених дій. Ці відомі дослідники розвивають ідеї, за якими тіло, з одного боку, виступає частиною структур соціального порядку, а з іншого — саме воно дозволяє людині активно втручатися у конструювання соціального простору та змінювати його за власним бажанням.

Отже, для сучасної соціологічної західної думки проблема тілесності є однією з ключових. Різні дослідники, кожний через свою парадигму та стоячи на своїх наукових засадах, намагався переосмислити феномен тілесності, який все ж таки в класичній модерній період вважався вторинним, був у тіні та, певною мірою, підпорядкованим таким привілейованим категоріям як «дух», «розум», «рефлекс», «інстинкт» та «свідомість». Наукова зацікавленість людським тілом в останні десятиліття знаменує різку зміну у способі осмислення цього феномену і означає серйозну переорієнтацію у підходах його вивчення. О. Гомілко О. авторитетно зазначає: «Основним досягненням цього пошуку є подолання уявлення про тіло, як природний об'єкт, та виявлення його соціокультурного змісту. В зв'язку з цим ідентичність тіла визначається як задана суспільством матриця його панівних ідей. З іншого боку, тіло виступає не лише носієм певної системи ідей, цінностей та норм, але й їх регулятором: саме завдяки тілу суспільство здійснює їхню фіксацію та фільтрування. Тіло представляється не фізичною формою, а соціокультурним концептом, тобто засобом кодування та репродукування культурних цінностей [Гомілко, 2007].

Як більшість феноменів, які є невід'ємною частиною існування людства з самої давнини, тілесність людини піддавалась різносторонньому та пильному аналізу, викликала зацікавленість, була у центрі критичного осмислення дослідників різних наукових напрямків та дисциплін. Спочатку як суто фізичний та містичний об'єкт, пізніше – як вмістище, оболонка для духовного, а з часом – як багатогранне соціокультурне явище, що викликає постійну зацікавленість наукової спільноти, з одного боку, – через свою статичність

(людське тіло не зазнало кардинальних анатомічних змін за тисячоліття існування Homo Sapiens), а з іншого – завдяки постійному нарощуванню контекстів та просторів свого впливу на те, що відбувається. Незважаючи на колосальні напрацювання найвидатніших дослідників в даному напрямку, тема тілесності була, є та, вірогідно, залишиться невичерпним джерелом для подальших наукових розробок. Причиною цього можна вважати дві ключові властивості тіла: постійне тотальне включення у всі сфери буття людини та його можливість пропускати через себе, відображати сучасність, та чутливо реагувати на актуальніші особливості свого часу.

РОЗДІЛ II. ФЕНОМЕН ТІЛЕСНИХ ПРАКТИК

2.1. Практики тілесності: напрямки застосування

Тілесність людини була й залишається значущим та невід'ємним виміром основних соціально-культурних практик. Кожна епоха та властиві їй економічні досягнення, культурні традиції та наративи, «створює власну, відповідну їй, людину», а отже у своєму бутті людина є «культурозмінною величиною», стверджує О. Гомілко. Відповідний своєму часу людський тип охоплює всі виміри людського існування: світогляд та базові уявлення про людські відносини, норми та форми припустимої поведінки, бажаний чуттєвий досвід тощо. Тілесність людини, ніби податлива глина в руках майстра, фіксує та втілює в собі зв'язок людини зі світом. Тілом людина представлена у світі, й одночасно з тим, саме тіло «переймає на себе конфігурацію буття». Але це було б неможливо без тілесної активності людини, без її занурення та включення в процеси створення буття, й більш того – впливу на них.

Ольга Гомілко розвиває дане положення наступним чином: «Доводиться, що коли йде мова про проєкції (впливи) культурних та соціальних форм на людську тілесність, то йдеться не лише про пасивне перетворення тіла під впливом певного способу життя. Між певною культурною практикою й тілом людини, що в неї залучене та нею займається, існує чіткий та усталений зв'язок. Поняття «тіло для справи» дозволяє його виявити. Придатне-для-цієї-справи тіло – це разом із тим культурна умова можливості існування й творення самої справи. Тому одним із надбань розвинутої культури стає вироблення спеціальних культурних механізмів для формування тіл, придатних для практик, властивих даній культурі» [Гомілко, 2007].

Мішель Фуко, який аналізує практики особистості через звичайний для нього дискурс боротьби, шукає спосіб знову повернути людині її тілесність, повернути «живе» тіло. Він вважає, що сучасна людина здатна знову привласнити власне тіло лише завдяки реконструкції та освоєнню особливих

тілесних практик античної та середньовічної культур, у яких тіло та душа символічно нерозривні. Однак слід зауважити, що в Античності та Середньовіччі гармонійна тілесність встановлювалася через символічний зв'язок індивідуального та суспільного. А це потребує зовсім не суб'єктивованого, а символічного типу свідомості, що стає неможливим у культурі постмодернізму, і, зокрема, є неприйнятним для самого Фуко. Цей спосіб повернення гармонійної тілесності залишається актуальним для спільнот, де зберігається символічний вимір, одним з яких Фуко вважає релігію.

Та все ж таки Фуко обмірковує можливість застосування практик тілесності та називає їх "техніками себе". Ці практики пов'язані з діями, які індивід сам робить над собою: своїм тілом, думками і поведінкою, ніби формує своє індивідуальне тіло, щоб змінити себе. Він виділяє два типи «технік себе» – суб'єктивацію та «турботу про себе» і пояснює, яким чином їх можна розрізнити. По-перше, техніки суб'єктивації спрямовані на дешифрування внутрішнього світу та думок індивіда, а об'єктом «турботи про себе» є лише його поведінка. По-друге, практики суб'єктивації припускають, що джерело істини про індивіда знаходиться поза ним, диктуються та нав'язуються йому, а відтворюючи техніки «турботи про себе», індивід приходить до істини, яка не задана ніким стороннім. Зрештою, «турбота про себе» не вимагає самозречення. Тому Фуко розглядає практики суб'єктивації як такі, що ведуть до подальшого поневолення індивіда, а практики «турботи про себе» – як можливість звільнення [Фуко, 1999].

Під практиками у сучасній соціологічній теорії частіше за все розуміють повторювальні певні дії, які засновані на колективному досвіді суб'єктів. Такі практики мають певні характеристики та алгоритм послідовних дій. В силу широкого їх застосування у різних видах досліджень процес вичленення практики з фону, контексту, а також її відділення від інших дій для дослідників означає, що потрібно зробити вибір таких параметрів, які роблять звичайні дії практиками.

Українська сучасна дослідниця К. Настояща зробила доволі досконалий

аналіз даної теми, в результаті якого всі існуючі практики були поділені на чотири рівні аналізу і концептуалізації:

1. Мікрорівень або особистісний: передбачає виконання актором певних рутинізованих дій, аспект тілесності, технічно-організаційного і часово-просторового виконання, алгоритмізації практик (роботи А. Шюца, І. Гофмана, Г. Гарфінкеля, В. Джеймса, та Е. Гіденса).
2. На груповому або мезорівні практики пов'язані з культурацією особи (тобто участі особи у символічній культурі – системі значень, що становлять простір мистецтва, вірувань, історії й традицій, які передаються від покоління до покоління і є спільними для членів даної культурної спільноти [Кузьменко, 2012]) та формуванням нею власного життєвого стилю. Практики на цьому рівні аналізу – це комплекси, які сукупно утворюють структурно-ціннісну цілісність людини. (М. Вебер, П. Бурдьо, Г.-П. Мюллер, У. Бек, А. Адлер, Г. Олпорт, Л. Стейнберг, а також такі українські вчені як Є. Головаха, Н. Паніна, Л. Сохань, М. Шульга, О. Злобіна, Л. Бевзенко, О. Донченко та ін.).
3. Макрорівень відтворює практики великих соціальних груп як елементи культурної традиції та складові процесу культуровідтворення. Ці практики отримують означення в рамках міжкультурного діалогу, внутрішньокультурної специфіки та інноваційно-інституціоналізаційних процесів. (Праці українських вчених: А. Ручки, Л. Ази, Е. Афоніна, О. Злобіної, Н. Соболевої, Л. Малес, Н. Цимбалюк, С. Бабенко, А. Тащенко).
4. Рівень мега-аналізу – рівень функціонування глобальних трендів, які прямо та опосередковано чинять амбівалентний вплив на повсякденні практики. Класики теорії глобалізації і теоретики інформаційного суспільства описують глобальні тенденції, тренди, які детермінують появу нових інноваційних практик. (Глобальним тенденціям і трансформаціям повсякденних практик в різних сферах життя присвячені праці Є. Головахи, О. Куценко, Т. Червінської та ін.).

Слід зазначити, що на рівнях макро- та мега- аналізів трансформація практик – це надзвичайно інерційний процес: він маркує собою глибинні зміни в ціннісній сфері соціуму, що закономірно й прикінцево детермінує і трансформацію соціальної структури, зміни та динаміку соціальних інституцій [Настояща, 2021].

Отже, К. Настояща приходить до висновку, що «практики являють собою ресурсно-детерміновану рутинізовану дію – автоматичну, звичну, повторювану сукупність рухів, які тривають у певній послідовності і мають конкретну (утилітарну, прикладну) функцію, а також часово-просторові умови виконання». Також вона зазначає, що «практики завжди мають наступні атрибуції: неусвідомлюваність, автоматизм виконання, повторюваність, тілесність, рухливість, індексичність, конвенційність тощо» [Настояща, 2021].

Щоб краще зрозуміти специфічність актуальних тілесних практик останніх десятиліть, варто також окреслити особливості періодів модерну та постмодерну. Так, Н. Доній описує культуру модерну, як нестабільну, мозаїчну та динамічну. Культура, вважає вона, є важливим елементом соціального простору, який вибудовує життєво необхідну ієрархію цінностей та встановлює рамки існування людини. «Одночасно культура є віддзеркаленням бажань людини, а сучасна людина продовжує хотіти відчувати все тактильно, пробувати на смак, тому культура, відзиваючись на запити перцепієнтів, стає все менш споглядальною й все більше орієнтованою не духовно, а тілесно (звернення до практик боді-арту, перфоменсу, хепенінгу, можливість отримання тактильних відчуттів при інсталяції та ін.). Результат цілком очікуваний – матеріальне поступово займає пріоритетні позиції в ієрархії. Це характерно як для авангардного мистецтва й культури, так і для популярної культури, що буквально перенасичена образами красивих напівоголених тіл у музичній сфері, в кіно й, особливо, у моді та рекламі, де тіло стає одним з найважливіших інструментів впливу на суспільну свідомість й перетворюється на об'єкт, динаміка змін якого вражає своїм темпом», – зазначає українська дослідниця [Доній, 2014].

Технології, які стали рушійною силою розвитку та досягнень людства у

XX та XXI століттях, ніколи не були винаходами, якими люди просто користуються. Правильніше буде сказати, що новітні технічні напрацювання виступали засобами, за допомогою яких люди та їхні тіла заново винаходяться. Так, наприклад, популяризація фотографії (зокрема, портретного зображення) призвела до революції у соціальній свідомості цілого покоління людей, які вперше побачили образотворчі репрезентації власних тіл. Цей погляд на себе «зі сторони» та можливість сприйняти свій тілесний образ цілісно (хоч й у плоскій формі) радикально змінили статус людського тіла у суспільстві та призвели до виникнення самосвідомості, самоспостереження та нового тілесного усвідомлення себе [Singleton, 2010].

Значимим ефектом від реалізації тілесних практик є забезпечення стабільності самоідентичності (через впорядкований контроль за тілом) та заздалегідь визначені способи самовираження у соціальному контексті. Доктор соціологічних наук, А. Мельніков стверджує: «Для усіх культур характерне деяке розділення самоідентичності та зовнішньої репрезентації Я, але більшість індивідів відчують єдність тіла та особистості. Тіло як біотичний організм є джерелом задоволення або страждання, відбиває гендерні риси та стилежиттєві орієнтації (одяг, аксесуари тощо). Зазначені аспекти складають режими тіла або «впорядковані способи поведінки, що відповідають постійності або культивуванню характерних тілесних особливостей». Такі режими мають для самоідентичності фундаментальне значення, оскільки зв'язують звичні способи дії з зовнішньою репрезентацією. Суттєвим аспектом втіленості є мотивація, глибинним джерелом якої постає екзистенційна тривога та її специфічні прояви (провина та сором). Дотримання встановлених мотивів формує відчуття онтологічної безпеки та цілісності самоідентичності» [Мельніков, 2022]

Не можна обминути увагою й особливості метамодернізму, в якому наразі перебуває більша частина цивілізованого світу, через його вагомий вплив на самосприйняття себе, власної тілесності та, ймовірно, і вибір тілесних практик, які воліють здійснювати люди.

Термін "метамодернізм" запровадили голландський філософ Робін ван ден Аккер та норвезький теоретик медіа Тімотеус Вермюлен у своєму есе

"Нотатки про метамодернізм", опублікованому в 2010 році в "Journal of Aesthetics & Culture". Основне підґрунтя метамодерну – норма, що постійно змінюється, а отже – постійна рухливість поглядів та вподобань. Щоб встигати за нею і не збожеволіти, необхідно постійно під неї підлаштовуватися за рахунок опори на такі якості, як чесність, самобутність, гнучкість та легка мінливість. Отже саме тому, в умовному словнику справжнього метамодерніста ключове місце займає поняття із фізики – осциляція, тобто коливання. У 2011 році Люк Тернер, сучасний англійський фотограф та художник, написав "Маніфест метамодерніста", в якому визначив вісім основних позицій, а саме:

1. Ми визнаємо, що коливання є природним порядком світу.
2. Ми повинні звільнитися від інертності, викликані віком ідеологічної наївності модернізму, та його антонімічної позашлюбної дитини – цинічного лицемірства.
3. Рух повинен здійснюватися за допомогою коливання між позиціями з діаметрально протилежними ідеями подібно до пульсуючих полярностей величезної електричної машини, що наводить світ у дію.
4. На будь-якому шляху є обмеження. Потрібно намагатись заглядати за них. Наше існування збагатиться, якщо ми перед виконанням наших завдань будемо розуміти, що межі можуть бути переборні, бо саме така дія розкриває світ.
5. Світ сповнений відмінностей. Усі речі захоплені незворотним скочуванням до стану максимальної ентропії. Художня творчість залежить від виникнення чи розкриття у ній відмінності. Афект у його апогеї – це безпосереднє переживання відмінності у собі. Роль мистецтва, мабуть, полягає в тому, щоб дослідити обіцянку своїх власних парадоксальних амбіцій та схилити надлишок до присутності.
6. Теперішній час є ознакою подвійного народження безпосередності та старіння. Сьогодні ми ностальгісти так само, як і футуристи. Сучасні технології дозволяють одночасно переживати і осмислювати події з різних позицій. Ці мережі, що зароджуються, не тільки не сигналізують про її смерть, а й сприяють демократизації історії, висвітлюючи

розгалужені шляхи, якими її великі наративи можуть рухатися тут і зараз.

7. Дослідження світу та пошук істини об'єднують мистецтво та науку. Нам слід прийняти науково-поетичний синтез та обізнану наївність магічного реалізму. Помилка породжує сенс.
8. Ми пропонуємо прагматичний романтизм, вільний від ідеологічної прив'язки. Таким чином, метамодернізм слід визначити як мінливий стан між іронією та щирістю, наївністю та знанням, релятивізмом та правдою, оптимізмом та сумнівом, у гонитві за безліччю непорівнянних та невловимих горизонтів. Ми повинні йти вперед й осцилювати! (*«коливатися» – прим. автора роботи*) [Люк Тернер].

Отже, такий сміливий погляд на сьогодення та заклики метамодерністів виходити за межі, не стримувати власні бажання, шукати відмінності та саме на них робити ставку, не можуть не впливати на щоденні практики тілесності. Бум екстремальних видів спорту та постійна поява нових, легкість у відношенні до пробування різних фізичних навантажень протягом життя, часом навіть деяка необачність у напрямку експериментування із медичним втручанням у власне тіло – все це, є наслідком проростання саме метамодерністських ідей на рівні щоденних практик.

В свою чергу О. Муха вбачає в нових тенденціях й негативну складову, про що пише наступне: «Нав'язливе піднесення тілесної краси і сексуальності, причому, сексуальності поза моральними нормами, культ юності, нестримне споживання, лихоманка-прагнення скуштувати всіх насолод, обожнення спортсменів, і на вершині всього – всемогутній бог грошей – й усе це називають “безумовними фактами суспільства, де тілесні цінності випереджають чи заступають цінності духу» [Муха, 2010].

Дослідниця йде далі у своїх доволі критичних міркуваннях та зазначає, що “атрибутом”, який об'єднує сучасність і середньовіччя, є феномен аскетизму, якому характерні антисоціальність та егоїстична спрямованість. «Аналогічно тому, як “приборкання плоті” у християнстві переважно мало суспільне і культурне походження, спровоковане тогочасною потребою протиставлення себе “суспільству розпусти” пізньої Римської імперії, так і

сьогодні виникають різноманітні рухи: проти сексуальності, проти розбещеності тощо. Ці рухи спротиву провокує так званий «ефект порно», як характерний атрибут сьогоднішнього комунального тіла», – пише Ольга Муха. Вона також відмічає й появу нового типу аскетичних практик, які спрямовані на покращення зовнішньої форми та отримання соціального визнання [Муха, 2010].

Також, мабуть, слід припустити, що існує залежність між практиками, які воліє людина у дорослому віці, й попереднім тілесним досвідом. Так А. Колярова у своїй дисертації на тему «Рефлексія тілесного досвіду як засіб самопроекування особистості» вказує на наявність «чинників, що впливають на формування неконструктивного стилю рефлексії тілесного досвіду особистості». В більшості своїй до таких чинників вона відносить ті, які пов'язані із дитинством чи підлітковим віком:

- будь-якого роду насильство: фізичне або психологічне;
- важкі пологи, ранні дитячі хвороби, уроджені дефекти, фізичні травми, які дитина не могла контролювати, нещасні випадки та хірургічні втручання, катастрофи, стихійні лиха, війни;
- негативні ранні об'єктні відносини, при яких батьківське «віддзеркалення» носило неадекватний характер;
- порушення границь у відносинах між членами родини;
- критика та почуття сорому, які батьки переносять на дитину, коли вони самі не в ладах зі своїм тілом; ці почуття можуть бути викликані через надмірний батьківський контроль або, навпаки, через їхнє відторгнення;
- ситуації, коли батьки ігнорують почуття дитини;
- переконання батьків щодо тіла або особистісних особливостей дитини як таких, що не відповідають культурним ідеалам, нормам або сімейному стилю;
- знецінювання чуттєвості, потреб тіла, самої тілесності як фундаментальної основи сприйняття зовнішнього миру й внутрішніх переживань.

Важливо наголосити, що роль тілесності не вичерпується базовою біологічною функцією, мабуть, важливішим є те, що тілесність створює передумови для формування більш складних особистісних конструктів. Тілесність людини дає їй основу для самоусвідомлення себе особистістю, а також для реалізації власних можливостей. Тип тілесної рефлексії впливає на спосіб реалізації власного потенціалу.

Так, при вітальному типі рефлексії тіло усвідомлюється, головним чином, як біологічне утворення, як даність, що, по суті, є досить обмеженою формою сприйняття. Конформний або просоціальний тип припускає відношення до тіла як до інструменту, що відповідає соціальним критеріям. Такий погляд формує внутрішню залежність від соціального оточення та, беззаперечно, визначає тілесні практики, які, перш за все, повинні сприяти формуванню образу, що є прийнятним для соціуму, та схвалюється ним.

При особистісному типі рефлексії тіло сприймається як невід'ємна частина цілісного «Я», що дає більше свободи у маніпулюванні ним в залежності від вподобань та цілей, розгортає широкий спектр тілесних переживань, залишає право експериментувати з тілом, але при цьому фокусується на турботливому ставленні до тіла [Колярова, 2019].

Отже, історичний аналіз тілесних практик, які виникали як відгук на виклики часів, змінювали людство, трансформувались знову завдяки науковим винаходам та технологічному розвитку, а іноді повністю зникали, а також аналіз теоретичних засад з цієї теми спрямовує до думки, що є сенс повернутися до практик мікрорівня та взяти у фокус уваги саме практики тілесності. **Під тілесними практиками** в подальшому розумітиметься широкий спектр певних дій та маніпуляцій з тілом, які спрямовані на розвиток почуттів по відношенню до власного тіла та рефлексії переживань, які народжуються в ньому, методики догляду за тілом, експериментальні перетворення, на які може йти людина з метою виявлення кордонів можливостей тіла та пізнання себе, або заради фізичного, емоційного та духовного розвитку.

Таким чином, в результаті розглянутих в процесі обробки матеріалу та впорядкованих напрацювань дослідників і науковців з теми тілесності, стало

можливим запропонувати нове групування щоденних тілесних практик сучасної людини та об'єднати їх за наступними напрямками: спортивні (або фізкультурні), естетичні (або практики прикрашання), профілактично-оздоровчі, експериментальні, сексуальні та інтелектуальні.

До **спортивних (або фізкультурних) тілесних практик** відносяться ті вправи, що спрямовані на розвиток фізичної культури людини: біг, велосипед, TRX, танці, плавання, волейбол, постуральна йога [De Michelis, 2004] (відрізняється від класичної йоги (з акцентом на психопрактики) тим, що це «йога поз та постерів, йога гарних людей у витончених асанах, які професійно сфотографовані» [Сафронов, 2021]), та заняття професійними видами спорту. Так, наприклад, не можна не взяти до уваги, який колосальний соціальний вплив мало відновлення Олімпійських ігор у 1896 році на тілесні практики людства та їхнє ставлення до свого тіла. При цьому, професійний спорт також завжди був, та й продовжує залишатися, майданчиком для гендерної нерівності чи, іншими словами, специфічної «дихотомії між чоловічою та жіночою фізичною активністю». Марк Сінглтон писав, що журнал «N&S», який того часу був рупором та двигуном спортивних практик, «продовжує нести гендерний поділ, формалізований у ранніх проявах сучасної європейської гімнастики, в яких чоловіки, передусім, асоціюються з силою та енергією, тоді як жінки повинні неухильно культивувати тілесну привабливість та витончені рухи. У відроджених у XIX столітті Олімпійських іграх основними критеріями для включення виду спорту у жіночі змагання були, по суті, критерії, пов'язані з естетичним задоволенням спостерігачів, а також міркуванням «чи відображає спорт жіноче тіло вигідно» [Singleton, 2010].

В свою чергу дослідник А. Возний підтверджує своїми тезами значущість напрямку спортивних тілесних практик, він пише: «Саме проблема «олюднення» фізичного (природного) в людині, розгляд фізичного, як особистого, проблема збереження, підсилення, а за необхідності – відновлення фізичних здібностей, із інтелектуальної, естетичної, моральної сторони погляду – саме це і є головною проблемою теорії і практики фізичного вдосконалення особистості, розвиток її справжньої фізичної культури... У цьому випадку

постає питання про критерій всебічно розвинутої особистості, яка пов'язана з її творчим характером або зі здатністю особистості до самореалізації та самоутвердження. У формуванні такої людини велике значення має якісний бік фізкультурної діяльності, де панує єднання ідеальної (духовної) і практичної (рухової) складових, пов'язаних з одухотворенням тілесності» [Возний, 2014].

Практики прикрашання (або естетичні практики) в наш час іноді, здається, превалюють над всіма іншими. «Сучасній людині залишається один вид благодаті – інструментальний, або технічний, який дарує їй лише матеріальний покрив: «Існує лише одяг, що прийшов до нас з моди, тобто щось середнє між тілом і тканиною, природою та благодаттю. Мода – це світська спадщина теології одягу, комерційна секуляризація райського безгріховного буття», – зазначає Джордж Агамбен у своїй праці «Нагота» [Агамбен, 2014].

Термін “культ тіла” широко застосовується зараз та означає специфічне ставлення людей, що живуть у “суспільстві споживання”, до власної тілесності. Багато дослідників звертало увагу на цей суттєвий аспект функціонування тіла, підкреслюючи важливу роль фізичної привабливості у суспільних взаємовідносинах. Відомим прикладом є емпірично підтверджений численними експериментами механізм дії так званого “ефекту ореола”, що базується на позитивному оцінюванні особистості людини за її зовнішнім фізичним виглядом, тобто опираючись лише на один критерій – зовнішності [Aronson, 1997].

Так, в статті В. Пйонтковського та І. Мажак ми знайомимося з результатами дослідження 1976 року (Efran і Patterson), в якому було доведено, що привабливі зовні кандидати на парламентських виборах отримували більше голосів. Інші наукові експерименти підтвердили гіпотезу про те, що правосуддя м'якше ставиться до привабливих засуджених (Down і Lyons, 1990), а вчителі вродливіших дітей вважають розумнішими (Rich, 1975). У зв'язку з цим, не дивують й результати експерименту, який був проведений у кінці 60-х рр. (Kurtzburg, Safar і Cavior): в державній в'язниці Нью-Йорку деяким засудженим у рамках ресоціалізаційної програми були зроблені пластичні операції, що повинно було значно зменшити ймовірність їхнього повернення на дорогу

злочинності [Пйонтковский, 2009].

Мистецтва тілесних трансформацій завжди були значущою складовою соціокультурного буття індивідів в історії. Я. Потапенко, посилаючись на працю Арнольда Рубіна "Мітки цивілізації: мистецькі трансформації людського тіла" (1980) пише: «Робота представляє собою збірку статей, малюнків, фотоматеріалів, зосереджених довкола феноменів пірсингу, шрамування, татуювання – тих варіантів декоративних змін тіла, в які вкладалися глибокі соціальні й культурні значення протягом кількох тисячоліть цивілізаційного розвитку людства. Антропологи й етнографи проаналізували численні та найрізноманітніші способи, завдяки котрим люди в різні епохи прикрашали свої тіла» [Потапенко, 2010].

Також, заглиблюючись у аналіз актуальності для сучасної людини практик прикрашання, не можна не згадати широковідоме гасло масової культури кінця ХХ ст. – “Live fast, die pretty”. Ольга Муха проводить доволі цікавий аналіз напрацювань Герберта Маркузе та зазначає: «Тут тіло виступає у двох якостях – як естетичний об’єкт, результат прикладених зусиль та як “звільнена суб’єктивність” (Г. Маркузе), яку ставлять на чолі всього процесу вибору пріоритетів та життєвосмислової визначеності. Момент “звільнення” суб’єктивності Г. Маркузе пов’язує із “вільним Еросом”: Ерос творить нову форму розуму. “Тепер розумним стає те, що підтримує порядок вдоволення”. Однак, всі ці процедури догляду і догоджання “звільненій тілесності” мають на меті аж ніяк не турботу про власне тіло, а радше “підганяння” його під стандарт сучасних соціальних очікувань. Так само, як нормативи і “нормальної ваги”, і “ідеальної фігури”, і необхідних тілесних атрибутів-аксесуарів – не що інше, як стандарти, умовно встановлені модою, суспільством, як підтвердження соціальної влади над часом. Так, мода перестала бути естетичною втіхою, декоративним додатком до колективного життя, вона завершила свій історичний розвиток у структурному плані та досягла піку своєї могутності, перебудувавши усе суспільство за своїм зразком і подобою. І слід сказати, що акцент на естетичному сприйнятті тіла стосується не лише обраних суспільних угруповань, а проникає в усі суспільні сфери» [Муха, 2010].

Профілактично-оздоровчі тілесні практики мають дуже глибокі коріння та залишаються вагомими для багатьох людей зараз, особливо в умовах урбанізації та погіршення екологічної ситуації на планеті. Турбота про тіло була характерна для всіх давніх культур, а особливо для культури Давньої Греції. Про це свідчить й відома всім приказка, яка, прийнято вважати, прийшла до нас саме з античних часів: «У здоровому тілі здоровий дух». Здоровий спосіб життя цінувався дуже високо, і культ Асклепія, широко розповсюджений по всій Елладі, мав велике значення протягом тривалого часу. Окрім класичних методів оздоровлення, греки приписували Асклепію винахід лікування музикою з метою впливу різноманітними мелодіями на настрій і самопочуття людини. Апогеем любові до тілесної краси та здоров'я можна вважати знамениті Олімпійські ігри, де атлети не тільки змагалися в бігу, боротьбі, кулачному бою, метанні тощо, а ще й демонстрували гармонію, красу, силу, здібності та можливості здорового тіла.

На даний час до такого роду тілесних практик, що формують соціально-адекватний сьогоденню стиль життя, можна віднести: профілактичні огляди, очисні процедури, дієти, фізіотерапія, масаж, реабілітаційні процедури, вживання медикаментів, фітопрепаратів та інше.

До експериментальних належать практики, що дають можливість людині придбати новий нестандартний досвід відносно власної тілесності. Такими практиками можна вважати винаходження нових екстремальних видів спорту, експерименти із алкоголем та іншими наркотичними засобами, які змінюють самосприйняття та сильно спотворюють почуття від власного тіла, а також різноманітні біохакінг процедури та маніпуляції, пов'язані з хірургічною корекцією статі.

Ще одним простором для втілення цього напрямку практик є віртуальний світ, який чим далі, тим більше проникає у нашу реальність, доповнює її, стирає границі з нею та перетворює її до невпізнання. Я. Потапенко в своїй роботі «Аналітика тілесності через призму досліджень специфіки становлення мережевого суспільства» пише: «Нова інформаційна культура “реальної віртуальності” (М. Кастельс) (Культура 2.0) переносить фундаментальні зміни і

сенси в електронно-мережевий світ зі світу фізично-тілесного, формуючи динамічно-відкриті альтернативи останньому. Технології створюють новий вимір буття людини, ґрунтований на онтології “можливих світів”, ведуть до появи нового виду людських істот – homo irretius («омережевлена людина», термін Е. Бендика) або homo virtualis («віртуальна людина» за С. Хоружим). Технології творять не лише нову свідомість, культуру, ідентифікацію, але й нову тілесність homo electronicus («людина електронна»), котра втрачає все більше інтерес до фізичного світу і зв'язок із ним. Душа замінюється “аватаром”, а тіло реальне витісняється бажаною проекцією тіла. А. Хінтону належить думка: “Кожна революція створює нові слова”. Перефразувавши цю максиму, наважимося стверджувати: кожна революція (в даному випадку – електронно-інформаційна) створює нові тіла. Багаторівнева, мультимедійна й поліфункціональна комунікація в глобальній мережі веде до появи образу тіла як безмежного, всюдисутнього, протейчно-плинного динамічного утворення, котре можна невпинно трансформувати (вибір статі, віку і зовнішності у віртуальному світі, невичерпне поле моделювання бажаних іміджів)» [Потапенко, 2013].

Не зважаючи на всю привабливість новітніх технологій, які значною мірою об'легшують нам життя, слід зазначити й ризики, які можуть спричинити віртуалізація тілесних практик. Адже навіть у XXI столітті судиною та джерелом життя все ще залишається тіло, про яке варто турбуватись в реальному часі.

Продовжуючи представлену класифікацію, неможливо оминати й **сексуальні практики**, які у всі часи займали гідне місце у соціальному становленні та розвитку людства. Жан Бодріяр, який якісно досліджував та багато написав з приводу сексуальності, зазначає: «Потрібно чітко відрізнити еротику як поширене у нашому суспільстві мінове відношення від власне сексуальності. Потрібно розрізнити еротичне тіло, опору мінових символів бажання, від тіла як місця фантазму та житла бажання. У тілі-імпульсі, тілі-фантазмі переважає індивідуальна структура бажання. У «еротизованому» тілі переважає саме соціальна функція обміну. У цьому сенсі еротичний імператив,

який, як ввічливість чи багато інших суспільних ритуалів, проходить через інструментальний код знаків, є лише (як і естетичний імператив краси) варіантом чи метафорою функціонального імперативу.

Як еротика існує в знаках і ніколи не існує в бажанні, функціональна краса манекенів існує в лінії і ніколи в експресії. Вона навіть означає відсутність експресії. Неправильність чи неподобство змусили б знову виникнути сенс, тому вони виключені, бо краса виявляється вся цілком в абстракції, у порожнечі, в екстатичній відсутності та екстатичній прозорості» [Бодрійяр, 2006]. Отже, дослідник підкреслює необхідність відокремити зовнішнє, наносне, від внутрішнього, глибинного переживання сексуальності, яке може не лише доставляти задоволення, а й виводити людину на новий рівень духовного розвитку.

Підтвердженням цього положення може слугувати розмірковування дослідника Я. Потапенко, де він згадує роботу «Людина та сакральне» (1949 р.) за авторством Роже Каюа, в якій «порушена проблематика складної діалектичної взаємоопосередкованості сакрального та профанного, добра і зла, гріха та святості, детально розглядається важливість сексуальних практик, пов'язаних з ритуалом і культом». Я. Потапенко пише: «Статевий акт вивільняє енергію, здатну збудити всі інші види енергії, що виявляються у природі: оргія чоловічої сили, приводом до якої є свято, допомагає його функціонуванню самим фактом заохочування й відновлення космічних сил". Інцест як ритуальне зневаження небезпеки надає сміливцю містичної потуги, робить його невразливим для ворога, дозволяє тілесно відчутти "двозначну силу сакрального"; "загальна розпуста під час первісної оргії омолоджує світ, стимулює життєдайні сили природи» [Потапенко, 2010].

Інтелектуальні практики варті того, щоб бути позначеними окремо як одні з тих, що несправедливо ігноруються в нашому соціальному просторі: їх мало хто вважає гідними уваги, виокремлює та відносить до «тілесних». Не дивлячись на це та з метою виправлення такої ситуації, необхідно наголосити на тому, що інтелектуальні процеси відбуваються на матеріальній основі тіла, а отже також є невід'ємною частиною пулу тілесних практик. Більш того, вже

давно доведено, що інтелектуальні практики сприяють цілісному розвитку людини (читання, критичне обмірковування логічних задач, медитація тощо) та продовженню тривалості її життя (гра в шахи, вивчення іноземних мов).

Окрім цього, Дмитро Данилов у своїй книзі «Трансформація поняття дг'яна у вченні йоги» зазначає: «Містичний досвід, отриманий як результат дг'яни (*медитації – прим. автора роботи*), відкриває таке знання, яке змінює фізичний стан тіла йогіна, онтологічний статус практика, але водночас виводить його за межі онтології... Адже дг'яна в цьому випадку вважається практикою досягнення вічного життя, займаючи найвище положення в сотеріологічних прагненнях ініційованого практика. Зауважимо, що для йоги середньовіччя характерна тема перемоги над хворобами й смертю.... Дг'яна набуває й нової спрямованості, прокладаючи шлях до пізнання прихованих знань про тіло. Практик дг'яни набуває здатності досягати «істинного розуміння», розкриваючи психологічні потенції, глибинно закладені у свідомості людини й приховано там присутні» [Данилов, 2020]

Запропонована нова систематизація тілесних практик, які на сьогодні є актуальними у соціальному житті людини у великому місті, безумовно не є вичерпною та остаточною. Дана тематика потребує подальших якісних досліджень, напрацювань, розробок, дискусії та всебічного критичного аналізу.

При цьому, варто погодитись з думкою сучасної української соціологині О. Мухи про те, що XXI сторіччя буде сторіччям практик про тілесне. «Спортивний, рекламний, порнографічний, медичний, філософський інтерес до тіла буде щоразу більше зростати. Це підтверджується бурхливим розвитком тілесно орієнтованих соціальних практик (йдеться про техніки побудови тіла, спосіб життя і харчування, відродження спортивного, танцювального та бойового мистецтва, зміну статі, чергові спроби наблизитись до тілесного безсмертя – креоніку і трансгуманізм)», які скоріше за все будуть й надалі привертати до себе все більше уваги, вдосконалюватись та розширювати спектр свого впливу на щоденне життя людини [Муха, 2010].

2.2. Соціокультурні детермінанти тілесних практик

Процес розвитку людства важко охопити цілком або описати одним словом, однак, безсумнівно можна стверджувати, що його головною рисою було й залишається ускладнення існуючих (на той чи інший час) систем: соціальних інституцій, форм комунікацій, технічних засобів виробництва, технологій тощо. Людина має природні здатність до осмислення та талант до перетворення оточуючого світу з метою його вдосконалення. Цей процес трансформації безумовно вважається взаємним – людина змінює світ, а втім й сама набуває нових властивостей. Прикладами таких змін, які є не тільки історичним здобутком людства, а ще й визначним підґрунтям для його глобального розвитку та покращення якості життя людства, можливо вважати окультурення землі, одомашнення тварин, відвоювання у дикої природи скарбів, в тому числі захованих у її надрах, створення на цьому підґрунті культурних шедеврів та ін., що, в свою чергу, стало можливим виключно завдяки постійному розвитку та трансформації різноманітних здібностей людини – інтелектуальних, чуттєвих, духовних, тілесних – на тлі зростання ступеню її дисциплінованості, її вподобань та прагнень.

Так, український філософ, езотерик, дослідник йоги та президент Української федерації йоги Сафронов А. Г. зазначає в своїй книзі «Йога: історія ідей та поглядів»: «Первинний акт творіння — це приборкання божеством свого розуму, коли з простого хаотичного виникає щось складніше та взаємопов'язане. Акт творіння — це акт синергії, акт постійного ускладнення системи до рівня, коли система починає контролювати себе. Це схоже на знамениту метафору пахтання Молочного океану: з рідкого стану шляхом докладання зусиль створюється тверде, тобто більш упорядковане.

Людина відтворює цей акт творіння, упорядковуючи, приборкуючи себе. І ця діяльність-здатність і є його зв'язок із Вищим. «Приборкання розуму» розумом чимось нагадує знаменитий подвиг барона Мюнхгаузена, який витяг сам себе з болота за волосся, та ще й з конем. У фізичному світі це неможливо. Але в духовному світі ми розумом окультурюємо свій розум, і кожен наступний

акт окультурення робить його все більш зібраним, синергетичним, складнішим. Це і є розвиток, вірніше те, що ми в європейській традиції називали б розвитком чи синергетизацією. Саме це переживання виражається коренем \sqrt{yuj} (від цього кореня утворилося слово «йога» – прим. автора роботи) – контроль, збирання, приборкання – в даному випадку розуму» [Сафронов, 2021].

Отже, в кожній людській спільноті у визначений час створювались, існували та розвивались певні соціальні, релігійні, світські, духовні та інші системи та відповідні ним тілесні практики, які глибоко вплітались та інтегрувались в буденність. Вони мали значний, а часом вирішальний, системоутворюючий, перетворюючий вплив на соціальний устрій, прагнули впорядкувати буття, побудувати ієрархію не тільки духовних, а й світських сил, а також ефективну, гармонійну структуру взаємовідносин між всіма верствами і інститутами суспільства. Більшість з таких систем мали за мету структурувати спільність людей та їх тілесні прояви, обмежити деструктивні форми поведінки та сприяти культивуванню корисних. В основі більшості з них можна побачити дихотомію: добро – зло, порядок – хаос, профане – сакральне, чисте – нечисте, або так звану класичну тричленну модель: "інфернальне – земне – небесне". «Впорядкування здійснювалося шляхом побудови міфів про існування певного сакрального, трансцендентного і впорядковуючого містичного центру, що завжди виносився за межі фізичного світу. Ієрархія завжди мислилася як необхідна умова переходу від нижчих станів і статусів до вищих, запорука стабільності космосу і захист від хаосу та абсурду. В процесі освоєння, "олюднення" навколишнього світу людина вдавалася до метафоризації того, що було для неї найзрозумілішим і найближчим – свого власного тіла», – зазначає Я. Потапенко [Потапенко, 2010].

Тобто з давніх часів тіло було невід’ємним учасником соціальних перетворень, маркувалося та позиціонувалося в якості основоположного об’єкта суспільно значущої та достатньо зрозумілої всім учасникам взаємодії символіки. Тіло виступало у ролі мапи та надавало свою поверхню для фіксації й демонстрації іншим знаків статусу: соціального, сімейного, культурного, релігійного та статевовікових характеристик (через татування, шрами,

навмисні деформації, прикраси тощо). Перехід від одного соціального статусу до іншого, більш престижного (владного, відповідального) обов'язково супроводжувався ритуальними трансформаціями тіла, які були санкціоновані культурними поглядами цієї спільноти [Потапенко, 2010].

Дуальність світосприйняття людини формувала й специфічний погляд на «чисте» та «брудне», а тілесні культово-релігійні практики займали провідне місце у ритуалах «очищення». «У релігійній свідомості, як архаїчній, так і сучасній, існує ідея можливості зняття провини, очищення від гріха та інше шляхом здійснення магічних чи інших ритуалів: купання чи омивання у спеціальних джерелах, стрибання через багаття чи дерево, принесення спокутних жертв, запалення свічок та пахощів тощо», – пише Сафронов А. Г. [Сафронов, 2021].

Слід також зазначити, що тіло можна розглядати як базовий спосіб класифікації людства, її основний "код" культури. Я. Потапенко пише: «"Соціальне тіло" диктує способи, якими сприймається тіло біологічне. Класифікації соціального статусу значною мірою залежать від моделей представлення тіла в соціальному просторі, а фізичний досвід тіла завжди залежить від соціальних категорій, через які він пізнається. Осмислена в подібному контексті тілесність переходить від рівня біологічного тіла на рівень "соціального тіла", що виступає вже не природним, а культурним феноменом» [Потапенко, 2010].

На уявлення про власну тілесність, самосприйняття та практики тілесності неабиякий вплив мають режими, які домінують в державі. В залежності від політичного устрою та соціальних очікувань тіло людини стає інструментом для маніпулювання та досягнення цілей правлячих структур. Про тілесність в тоталітарному суспільстві Ольга Гомілко вражаюче влучно пише: «Відчуженість стає основною характеристикою тоталітарного тіла. За умов тоталітаризму людина не лише втрачає невідчужуваність свого тіла (руйнація принципу тілесної недоторканості громадянського суспільства). Людське тіло стає тим посередником, тією вразливою частиною особистості, через котру тоталітарна влада висуває свої вимоги до особистості та здійснює її деструкцію.

Унаочненням цієї тези постає репресивна суспільна практика часів тоталітаризму. Десоматизація тоталітарної людини досягається завдяки творенню колективного тіла та надання йому статусу достеменної реальності, завдяки чому відбувається зречення від власного тіла. Дослідження російського дискурсу (межа XIX–XX ст.) навколо тілесності виявляє світоглядні та теоретичні передумови конструювання тоталітарного тіла та механізми його здійснення. Стверджується, що уявлення про суспільство як колективне тіло, в якому індивідуальне тіло може набути значення універсального буття лише розчинившись (анігілювавшись) в ньому, була продуктом різних інтелектуальних та світоглядних тенденцій та прагнень (філософія всеєдності, дискримінація репродуктивності, ідея андрогінності, антифемінна налаштованість) тієї епохи. Революція політично закріпила дану метафізичну настанову і перетворила її у деантропологізовану соціокультурну реальність» [Гомілко, 2007].

За думкою Антоніо Грамші – італійського філософа марксистських поглядів – культура еліти, її погляди на актуальні завдання суспільства та її ціннісні орієнтири стають взірцем норми та можуть формувати стратегію розвитку нації. Така «культурна гегемонія» безперечно проростає й у сферу тілесного, в результаті чого тілесні практики стають фундаментом для побудови нації очікуваного зразку. Так, наприкінці XIX та протягом XX століть правлячі еліти шалено захоплені ідеєю виправлення людських тіл (наприклад, процвітає євгеніка – вчення про селекцію стосовно людини, а також про шляхи поліпшення її спадкових рис), і часто однаково одержимі баченням виправлення колективного національного або расового тіла.

Підтвердженням цього можна вважати націоналістичні «людинобудівні» (man-making) гімнастики, побудовані за німецьким зразком, які розцвіли в Європі у формах свого найбільш довготривалого впливу у Франції, Пруссії та Скандинавії (книга "Гімнастика для юнацтва" Йоганна Крістофа Фрідріха Гутсмутса від 1793 стала базовим текстом цього тілесного відродження в Німеччині). Ці гімнастичні вправи (відомі з самого початку під загальною назвою «фізична культура») були покликані не лише формувати здорове та

красиве тіло, що мало виражати відповідну мораль, але, скоріше, були розроблені для створення нових німців. Індустріальний світ висував нові вимоги до людини: щоб вижити та заробити кошти, людина не могла собі дозволити мати кволу статуру. Доктрина «в здоровому тілі здоровий дух» закріплюється реформами 1830-х років: програми англійських громадських шкіл включають безліч рухливих ігор та видів спорту, а також модифікується військова підготовка британської армії та флоту.

Початок ХХ століття ознаменувався «розквітом періодичних видань», що призвело до безпрецедентної зацікавленості тілесним здоров'ям у британських чоловіків із середнього класу та викликало хвилю практик, спрямованих на дисципліну тіла серед робітничого класу. В той же час на сході, в Індії, вагомий вплив на формування світогляду суспільства мав філософ та містик Вівекананда: «Як ви боротиметеся з розумом, якщо статура не буде сильною? Чи гідні ви більше, ніж будь-хто, називатися людьми найвищого у світі рівня еволюції?... Спочатку побудуйте вашу статуру. Тільки тоді ви зможете отримати контроль над розумом [Singleton, 2010].

В своїй широковідомій фундаментальній праці «Тіло йоги» Марк Сінглтон висвічує й інший погляд на фізичні тілесні вправи: «Гарот і Гарот, учні та біографи Кувалайананди, зазначають, що члени освіченого суспільства вважали, що «фізичні вправи цікавлять неписьменних людей». Д.С.Р.Рао у своєму дослідженні «Здоров'я, сила і тривалість життя в сучасній Індії» стверджує, що «пандити чи філософи Сходу вважали для себе принизливим якимось асоціюватися зі спортсменами чи атлетами» [Singleton, 2010].

Безперечно, великого значення для соціології тіла та осмислення тілесних практик набула концепція П'єра Бурдьє, чий «специфічний підхід до об'єктивізму та суб'єктивізму наближується до конструкційного способу інтерпретації тілесності, спираючись на поняття габітусу й визнаючи тим самим змінність біологічного тіла в залежності від соціального і культурного сценарію». Бурдьє вважав, що всі аспекти життя людини, як і її біологічна конституція, повністю залежать від механізмів соціалізації, які притаманні тому чи іншому соціальному класу. В. Пйонтковский В. та І. Мажак пишуть:

«Занурення тіла і тілесності в “соціальну тканину” виявило, що соціальна позиція ґрунтовно впливає на здоров’я особи, хоча П. Бурдье і додає, що можна знайти й протилежну залежність – саме тіло може детермінувати розміщення особи в соціальній ієрархії. Сутність аргументації П. Бурдье полягає у застосуванні класового контексту функціонування тіла, спираючись на концепції чотирьох різних форм капіталу. На його думку, соціальна позиція індивіда визначається наявністю чи відсутністю економічного капіталу, що, однак, не виступає єдиною умовою приналежності до певного соціального класу. Важливим тут є так званий культурний капітал, який складається з освіти чи участі у вищих рівнях культури, а також символічний капітал, тобто сукупність обов’язкових кодексів поведінки та самовираження. Для соціології тіла новаторський внесок Бурдье зводиться, насамперед, до запровадження “фізичного капіталу”, що складається з таких елементів, як фігура, мовлення, хода, міміка та жести» [Пйонтковский, 2009].

На думку Клауса Шиллінга, фізичне тіло може вносити й суттєвий вклад у відтворення соціальних нерівностей. Люди, які знаходяться на нижчих сходинках стратифікаційної драбини, розглядають тіло більш інструментально: тіло використовується як практичне знаряддя та засіб, необхідний для забезпечення виживання. Втручання та активні дії щодо тіла, особливо його глибинних (інтелектуальних, духовних) перетворень, є рідкісними. Категорично іншим є ставлення до тілесності у осіб з вищих соціальних класів: постійне різностороннє тренування є важливим елементом свідомого ставлення до власного тіла. К. Шиллінг наголошує, що значення біологічного тіла в претензії на певне місце в суспільстві є важливим, оскільки фізичний капітал має в собі потенціал інтенсифікації економічного та культурного капіталів. Отже, якщо особа має здорове тіло, то вона одночасно має можливості примножувати економічні та культурні засоби [Nettleton, 1996]. Дану думку можливо розвинути, додавши, що для привілейованих верств суспільства (філософи в Античній Греції, брахмани у Древній Індії, правляча еліта, царські сім’ї у середньовічній Європі тощо) окрім практик, спрямованих на оздоровлення тіла та підтримку його в бадьорому стані, велике значення мали

інтелектуальні та духовні вправи: вивчення мов, заняття науками та мистецтвами, медитації, філософські диспути тощо. «Сократичний діалог представляється таким чином як практикована спільно духовна вправа, яка закликає до внутрішньої духовної вправи, тобто до моральної самоперевірки, до уваги до себе, словом, до знаменитого "пізнай самого себе"», – зазначає П'єр Адо в своїй роботі «Духовні вправи та антична філософія» [Адо, 2005].

Продовжуючи аналіз соціокультурних детермінант, варто згадати й вплив на тілесність такого усталеного явища, як соціально схвалений тілесний канон. Більшість представників спільноти під час виховання та ознайомлення з системою правил та табу (офіційна, державна освіта чи племінно-родове виховання) неусвідомлено переймають на себе й поведінку, погляди, уявлення, символні настанови, якими прийнято оперувати в даній спільності, та стандарти тілесності. Спочатку автоматично, а доросла людина вже цілком цілеспрямовано, маркує себе певним чином, сигналізує свою приналежність, ідентифікує себе з конкретною соціальною групою та проявляє готовність узгоджувати власну тілесну поведінку зі стандартами цієї групи. В якості прикладу можна навести звичай, який є поширеним в багатьох місцевостях Західної Африки. В цих спільнотах батьки протягом року утримують своїх доньок у спеціальних домівках, де вони мусять багато їсти та майже не рухатись. Подібного роду традиційна тілесна практика сприяє формуванню ідеальної, по місцевим канонам, жінки – товстої, не активної, хворобливо блідої [Потапенко, 2010]. Що підтверджує факт того, «що існує чимало історичних доказів того, що образ тіла є, так би мовити, культурною конвенцією, прийнятою в даній спільноті» [Пйонтковський, 2009].

Тілесність через призму гендерного питання завжди привертала увагу дослідників та зайняла провідну позицію у кінці XIX столітті з появою перших феміністичних рухів. Саме тоді прискіпливо були переосмислені де-які традиційні норми поведінки та поставлені під сумнів зовнішні атрибути тілесності жінок (брюки – одяг лише для чоловіків, жінки не мають права голосу, мають носити довге волосся та ін.). Протягом століть уявлення про привабливе жіноче та чоловіче тіло, безумовно, змінювались залежно від

соціокультурного підґрунтя, проте в цілому залишались доволі сталими. Цікавими з цього приводу є напрацювання австралійського соціолога Рейвін Коннелл, яка у 80-х роках у своїх широко відомих працях «Гендер і влада» [Коннелл, 2015] та «Маскулінності» [Connell, 2006] детально досліджує тему «маскулінності» і «фемінності» та вводить термін «гегемонна маскулінність» (це той образ маскулінності, який визнаний «найправильнішим», нормативним, і він же максимально транслюється у медіа чи рекламі). Розмова про гендер для неї не тільки і не стільки розмова про ідентичність, скільки розмова про місце людини в соціальних структурах. Маскулінність та фемінність визначають місце людини в гендерному порядку. Так, гегемоністична маскулінність, яка описує чоловіків як сильних, владних, рішучих і відважних, знаходить своє відображення в образі відомих акторів кіно: С. Сталоне, Б. Уїлліса чи Х. Богарта. В той час як емпатична жінка (уособленням якої авторка вважає М. Монро), має задовольняти насамперед потреби чоловіка. Наслідком таких уявлень є доречні для чоловіків та жінок тілесні практики: фізичне навантаження для перших, прикрашання та оздоровлення – для других. Слід при цьому зазначити, що в останні десятиліття (можливо під впливом третьої та четвертої хвиль фемінізму) уявлення про прийнятні гендерні образи зазнали серйозної трансформації. Так, чоловіки здебільшого зображаються вразливими, витонченими, емоційними й турботливими порівняно зі своєю попередньою гегемоністичною постаттю. А це, в свою чергу, з очевидністю детермінує й вибір тілесних практик сучасних чоловіків: манікюр, педикюр, макіяж, відвідування спа-салонів та косметологічні процедури (лазерна епіляція, ін'єкції та ін.) стали звичайною справою для жителів великих міст по всьому світу. В той час, як серед представників екстремальних та бойових видів спорту все частіше можна зустріти жінок. Трансформації зазнав й зовнішній вигляд жінок: він здобув риси брутальності, часом навмисної демонстраційної неохайності, грубості. Втім зазначені характеристики в своїй основі скоріше транслюють ідею рівності, відсутності залежності від тиску з боку гегемонної маскулінності та права вільно проявляти себе.

Висновки до розділу II

Увага даного розділу була присвячена двом основним напрямкам: аналізу тілесних практик, як феномену людської діяльності, та соціокультурним детермінантам, які впливають на формування та реалізацію сучасних практик тілесності. Обґрунтовано, що такі практики є елементами культурної традиції, вони беруть участь в розробці та реалізації інноваційно-інституціоналізаційних процесів різного рівня. Культурно-історичний підхід до практик тілесності через призму соціологічного дискурсу підводить до усвідомлення, що тілесність людини не дорівнює тілу фізичному. У процесі виховання дитини та залучення її до світу складних людських відносин і взаємодій, у людини з дитинства формується «культурне тіло», відмінне за своїми характеристиками від тіла фізичного. Таким чином, розвиток тілесності необхідно розглядати як процес, включений до онтогенезу людини, підпорядкований психосоціальним закономірностям її розвитку та функціонування. У цьому контексті слід розглядати як становлення уявлень про власне тіло (етап становлення самоідентичності), так і пріоритетні напрямки тілесних практик, які обирає людина у дорослому житті.

З метою більш комплексного та всебічного розгляду даної теми, практики були поділені на чотири рівні аналізу і концептуалізації: мікрорівень, мезорівень, макрорівень та мегарівень. Практики тілесності були віднесені до мікрорівня та визначені, як широкий спектр певних дій та маніпуляцій з тілом. Такі практики спрямовані на розвиток та поглиблення почуттів по відношенню до власного тіла та рефлексії переживань, що народжуються в ньому, методики догляду за тілом, експериментальні перетворення або з метою виявлення кордонів можливостей тіла та пізнання себе, або заради фізичного, емоційного, ментального та духовного розвитку.

Визначено, що значущим ефектом від реалізації тілесних практик є забезпечення стабільності самоідентичності (через впорядкований контроль за тілом) та заздалегідь визначені способи самовираження у соціальному контексті.

Підмічено, що новітньою тенденцією останніх десятиліть є більш сміливе та радикальне відношення до тілесних практик. Для багатьох жителів великих міст у розвинутих країнах тіло стало проектом. Цей hand-made-body проект передбачає, що з власним тілом можна робити все що завгодно заради того, щоб привернути увагу (найдорожчу «валюту» XXI століття через інформаційне перевантаження людини візуальними образами) та повідомити оточуючим особливості своєї ідентичності, такі як: зовнішній вигляд, форма, розмір, колір, стать – все може підпадати під свідоме перетворення. Прикладом проектного підходу до тілесності є підвищена стурбованість здоровим способом життя та, як наслідок, розростання ринку тілесних практик та процедур, з цим пов'язаних.

Негативні наслідки індустріалізації, екологічні зсуви, процеси урбанізації, перевантаження інформаційними потоками, стимулюють зростання ризиків для здоров'я людини. Тему остраху за свій фізичний та психологічний стан, з опорою на ідеї трансгуманізму (філософську концепцію, яка вбачає у використанні досягнень науки та технологій інструмент для покращення розумових та фізичних можливостей людини з метою усунення небажаних аспектів життя: страждань, хвороб, старіння та смерті), з великим професіоналізмом та з урахуванням своїх економічних інтересів розкручують реклама, ЗМІ та зацікавлені політичні сили. З одного боку, вони наполегливо умовляють індивідів взяти відповідальність за власне здоров'я шляхом включення до свого життя різноманітних практик турботи про тіло, а з іншого – нав'язують їм комерціалізований масовий, часом зовсім не якісний, продукт.

В результаті проведеної роботи по аналізу теоретичних засад практик тілесності у наукових працях різних дослідників з даної теми, було запропоноване нове групування щоденних тілесних практик, які є актуальними для сучасної людини – мешканця великого міста. Різноманітні відомі та затребувані сьогодні види тілесних практик були об'єднані за наступними напрямками:

- 1) спортивні або фізкультурні: ігрові види спорту, TRX, фітнес, велосипед, танці, постуральна йога, біг, плавання тощо;

- 2) естетичні або практики прикрашання: манікюр, педикюр, косметологічний догляд (креми, маски, масаж обличчя та ін.), татуаж, пірсинг, робота зі стилем одягу тощо;
- 3) профілактично-оздоровчі: кліматотерапія, закаливання, фізіотерапія, реабілітація, прогулянки пішки, масаж, щорічний профілактичний медичний огляд, вживання медичних та фітопрепаратів (вітаміни, біодобавки тощо), очисні техніки (голодування, розвантажувальні дні, дієти, м'які техніки очищення печінки, нирок, клізмотерапія та ін.);
- 4) експериментальні: екстремальні види спорту, застосування досягнень естетичної медицини (ін'єкції, пластична хірургія, підтягування шкіри, відновлення волосся та ін.), біохакінг-процедури та маніпуляції, пов'язані з хірургічною корекцією статі;
- 5) сексуальні: сексуальні та чуттєві практики по розвитку власної індивідуальної сексуальності;
- 6) інтелектуальні: читання книг, розмірковування над обраною задачею, гра в шахи, інтелектуальні ігри на логіку, медитації, вивчення нової іноземної мови, історії, культурології тощо.

Важливо підкреслити, що запропонована систематизація основного, однак далеко не повного, розмаїття актуальних на даний час тілесних практик, є дуже умовною, та підлягає додатковому критичному осмисленню, дослідженню та практичній апробації. При цьому варто зазначити, що виділення «інтелектуальних» тілесних практик в окремий напрямок може стати важливим кроком для подальшого поглиблення та наукового розвитку теми тілесності сучасної людини.

РОЗДІЛ III. ЛОГІКА ТА РЕЗУЛЬТАТИ ПОШУКОВОГО ДОСЛІДЖЕННЯ УЯВЛЕННЯ ПРО ТІЛЕСНІСТЬ ТА ЩОДЕННІ ПРАКТИКИ ЖИТЕЛІВ МІСТ КИЄВА ТА ХАРКОВА

3.1. Логіка і дизайн пошукового дослідження

Об'єкт емпіричного соціологічного дослідження – соціальні аспекти тілесності міських жителів (на прикладі міст Києва та Харкова).

Предмет дослідження – соціальні аспекти уявлень про тілесність та тілесні практики жителів міст.

Мета дослідження – дізнатися про уявлення міських жителів про тілесність, визначити актуальні тілесні практики та їх зв'язок із соціальними детермінантами.

Завдання емпіричного дослідження:

1. Розробити інструментарій та програму дослідження з метою пошуку зв'язку між відношенням до тілесності, щоденними практиками та соціальними детермінантами.
2. Визначити найпопулярніші практики піклування про тілесність.
3. Знайти чи спростувати зв'язок між уявленнями щодо тілесності, тілесними практиками та соціально-демографічними факторами.

Гіпотези соціологічного дослідження:

1. Уявлення містян про власну тілесність формуються в підлітковому віці під впливом найближчого оточення та культурних факторів (кіно, література тощо), але змінюються з віком.
2. Основними критеріями «тілесної» людини вважаються: здоров'я, зовнішня привабливість, спортивний зовнішній вигляд.
3. Більшій фетишизації підлягають ті частини тіла, які є найбільш

видимими для оточуючих та доступними для корегування: обличчя, груди/торс та сідниці.

4. Найпопулярнішими тілесними практиками городян є: відвідування спортивного залу, біг та йога.

Дослідницькі питання:

1. Які уявлення жителів міста про власну тілесність?
2. Які щоденні тілесні практики є актуальними зараз?
3. Чи є зв'язок між впливом на формування підліткових уявлень про тіло та, власне, рівнем "тілесності"?
4. Чи є зв'язок між регулярністю тілесних практик та сприйняттям тілесності у респондентів?
5. Чи є зв'язок між регулярністю тілесних практик та рівнем тілесності?
6. Чи є зв'язок між регулярністю тілесних практик та задоволенням від кожної з частин власного тіла?
7. Чи є різниця між сприйняттям людського тіла («Людське тіло для Вас це ...?») в залежності від статті?
8. Чи є відмінність між рівнем тілесності та соціально-демографічними характеристиками (вік, стать, освіта, сімейний статус, соціально-професійна група, дохід)?
9. Чи є різниця між сприйняттям тілесності («Я вважаю людину тілесною, якщо вона...») та статтю/віком респондента?
10. Чи є зв'язок віку та статті із «звичайним самовідчуттям тіла» протягом останнього півроку?
11. Чи є зв'язок між ставленням до дружніх дотиків та статтю/віком?
12. Чи є різниця між уявленням про власну тілесну привабливість та статтю?
13. Чи є зв'язок з оцінкою параметрів власного тіла («Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів тіла?») та рівнем тілесності?
14. Чи є різниця між оцінкою параметрів власного тіла та статтю?
15. Чи є зв'язок з відповідністю власним уявленням щодо тілесності та рівнем тілесності?

16. Чи є різниця у тому, на що звертають увагу при знайомстві з новою людиною в залежності від статі?
17. Чи є зв'язок між регулярністю тілесних практик та «задоволенням власними частинами та параметрами тіла»?
18. Чи є зв'язок між регулярністю тілесних практик та рівнем тілесності?
19. Чи є зв'язок між мотивацією займатися тілесними практиками та віком/статтю?
20. Чи відрізняються супутні інтереси під час тілесних практик відносно статі?
21. Чи відрізняються частини тіла, яким приділяють респонденти увагу під час заняття тілесними практиками щодо статі респондента?

Дизайн дослідження – пошукове. Для забезпечення досягнення мети даного дослідження та можливості емпіричної перевірки гіпотез, у якості методу збору даних було обране – онлайн анкетування мешканців Києва та Харкова, методи статистичного аналізу даних та контент-аналіз відповідей на відкриті запитання.

Наукова новизна дослідження полягає в тому, що в кваліфікаційній магістерській роботі вперше у вітчизняній соціології запропоновано виявити та обґрунтувати зв'язок між соціально-демографічними факторами, уявленнями про тілесність та щоденними практиками піклування про себе.

Тип вибірки: проста випадкова.

Розмір вибірки: 264 міського жителя (міст Києва та Харкова).

Цільова аудиторія: міське населення віком від 18 до 65.

Період збору даних: з 06.12.2022 до 02.01.2023 року (27 днів).

Процедура відбору вибірки. З метою отримання даних для дослідження та подальшої статистичної обробки, на платформі Google Form був розроблений Опитувальник «Тілесність» (Додаток 1). Він складався з трьох розділів:

- I. Уявлення про людське тіло (21 запитання).

II. Щоденні тілесні практики (9 запитань).

III. Соціально-демографічний блок (14 запитань).

Перший варіант опитувальника був доопрацьований чотири рази (після рекомендацій наукової керівниці та заповнення опитувальника друзями з урахуванням їхнього зворотнього зв'язку). Для того, щоб отримати більш-менш надійну вибірку було зроблене наступне: електронною поштою відправлено листи із проханням посприяти збору даних для соціологічного дослідження студентки Університету в усі вищі навчальні заклади міст Києва та Харкова (більше 80 листів), а також спортивні клуби (більше 20 листів). Не отримано жодної відповіді. Інформація про опитування була розміщена у більш, ніж 40 київських та харківських групах у Facebook, учасники яких могли виявити зацікавленість до соціологічних досліджень та тему тілесності. Більше 50% груп схвалило розміщення посту. Було дане платне оголошення у Телеграм групі, присвяченій тілесному здоров'ю, але це майже не дало відповідей респондентів. Наукова керівниця сприяла розповсюдженню інформації щодо опитування через свої канали комунікації. Найдієвішими виявилися наступні шляхи пошуку респондентів: допомога керівника, особисте звернення-прохання до друзів (більше ніж 100 іменних повідомлень), а також розміщення інформації на власній сторінці у Facebook, Instagram та в сторіз.

Приємно відмітити, що, незважаючи на обставини війни, в яких зараз знаходяться українці та достатньо тривале анкетування (20-25 хвилин на заповнення та наявність питань з відкритими відповідями), респонденти часто особисто дякували та писали, що отримали неабияке задоволення: процес заповнення анкети для них виявився дуже корисним, а розмірковування над відповідями дуже плідними (*Додаток 2*).

Стейкхолдери. «Замовниками» даного дослідження можуть виступати наступні структури:

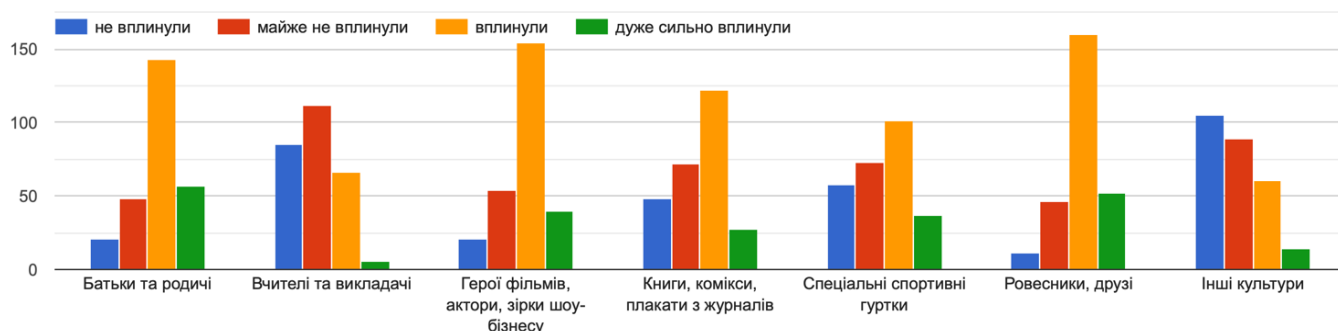
- Міністерство молоді та спорту України <https://mms.gov.ua/>
- Київська міська рада <https://kmr.gov.ua/>

- Міністерство охорони здоров'я України <https://moz.gov.ua/>
- Департамент міського благоустрою <https://dmb.kyivcity.gov.ua/>
- Національна рада з відновлення України від наслідків війни
- Спортивні комплекси, клуби міста
- Університети та інститути, в яких є медичні, соціологічні факультети, напрямки навчання, пов'язані з управлінням та організацією інфраструктури міста чи програми навчання, які приділяють увагу здоров'ю, соціальним аспектам мешканцям міста, урбаністиці.

3.2. Основні результати та аналіз отриманих даних

В дослідженні прийняли участь 264 респонденти із міст Києва та Харкова (218 та 46 відповідно), із них 200 жінок та 64 чоловіки віком від 15 до 65 років. З самого початку дослідження було цікаво дізнатись, хто або що, на думку респондентів, вплинули на формування їх підліткових уявлень про тіло. На *Рисунку №1* видно, що найбільшого впливу респонденти зазнали від батьків та родичів, а також від ровесників та друзів. Також варто констатувати, що герої фільмів та актори, книги, журнали та друковані плакати мали не менший вплив на уявлення про тілесність респондентів.

Рисунок №1. Вплив на формування уявлень про тілесність



Відповідь на відкрите запитання «На якого героя фільму, актора чи зірки шоу-бізнесу Ви мріяли бути схожим/схожою у підлітковому віці?» представлена у вигляді «хмаринки ключових слів» (*Додаток 3*). Серед жінок

перші сходинки посіли Анжеліна Джолі, Бритні Спірс та Мадонна, а серед чоловічих еталонних образів – Джекі Чан, Брюс Лі та Бред Піт.

Серед найвпливовіших книг на формування поглядів на власну тілесність опинились: «Майстер та Маргарита» М. Булгакова, «Віднесені вітром» Маргарет Мітчелл та книги Джека Лондона. Що стосується візуальних образів, на які орієнтувались респонденти шляхом роздивляння плакатів на стінах у підлітковому віці, то уваги удостоїлися Spice Girls, Eminem та мапа світу, що є дуже цікавими даними, хоч і не дає достовірної інформації про те, який саме вплив на респондентів мала мапа світу (*Додаток 4*).

Під час дослідження тілесного досвіду мешканців Києва та Харкова виявилось, що найчастіше до 18 років вони займались: танцями, плаванням, бойовими видами мистецтв, катанням на скейті/роликах та велосипеді, грою у волейбол, баскетбол та бігом. Отже, саме ці види спорту та тілесної активності формували погляди на тілесність тих, хто приймав участь в опитуванні.

Враховуючи багатогранність поняття «тілесність», також було важливо дізнатись від респондентів, як вони наповнюють цю категорію, та спитати про це у формі відкритого запитання. Досить цікавий результат був оформлений також у вигляді «хмаринки ключових слів» (*Додаток 5*). Основними словами виявились: тіло, відчуття, свого, відчуває, нерозуміння, власні, можливість, фізичні. Отже зазначені слова, хоч і виглядають простими та часто використовуються людьми в буденному житті, доволі реалістично описують саме категорію «тілесності» для звичайної людини.

Проаналізовані відповіді на відкрите запитання: «Як змінились Ваші погляди на тілесність та тілесну привабливість з віком?» підтвердили припущення, що погляди з часом сильно змінюються. Респонденти відмічали, що з віком внутрішнє відчуття своєї тілесності (гармонійність емоційного стану, відчуття себе бадьорим та щасливим тощо) починає домінувати над зовнішньою формою (оболонкою), а також зазначали, що уявлення про привабливість також зазнає серйозного переосмислення (*Додаток 5*).

У процесі дослідження уявлень про тілесність інтерес викликало те, яку метафору для опису власного тіла застосовують міські жителі. Для цього було поставлене запитання (з можливістю множинного вибору відповіді): «Людське тіло для Вас це...?» та запропоновані наступні варіанти відповідей: символ, образ, ресурс, інструмент для самопізнання, інструмент для перетворення реальності, машина, простір для різноманітних переживань та обтяжлива необхідність. Найчастіше респонденти обирали відповідь «Інструмент для самопізнання» (18,3%) та «Ресурс» (18,1%). Такі результати можна інтерпретувати наступним чином: опитані усвідомлюють важливість власної тілесності для пізнання себе та світу, а також схильні використовувати власне тіло для досягнення власних задач та цілей.

Порівняння сприйняття людського тіла у респондентів з Києва та з Харкова показує, що різниці майже нема, окрім шкал: «простір для різноманітних переживань», «машина», «ресурс» та «інструмент для перетворення дійсності», перевага у виборі яких належить жителям Києва. Такі результати, вірогідно, пов'язані із тим, що кияни, як мешканці столиці, в більшій мірі мають можливості для різносторонніх тілесних переживань як на ринку розваг та задоволень, так і у напрямку спортивних практик, мають ширше коло пропозицій для професійного зростання, самореалізації та досягнень, а також можливість певного впливу на прийняття вагомих для всієї країни рішень (*Додаток б*).

Уявлення про тілесність у жінок та чоловіків не має дуже серйозних розходжень. Але, все ж таки, жінки в більшій мірі схильні вважати своє тіло «образом», «ресурсом», «простором для різноманітних переживань» та «інструментом для самопізнання». В той час, як чоловіки описують своє тіло як «символ», «обтяжливу необхідність», «машину» та «інструмент для перетворення дійсності». Такі відповіді хоч і опосередковано, але ж нагадують нам про більш активну позицію, яку чоловіки займають у соціальній та суспільній діяльності.

Віковий зріз виявив, що із досягненням піку професійної та соціальної активності (26-35 років) тіло відчувається як «ресурс» та «інструмент для перетворення дійсності», в той же час найменше сприймається як «образ» та «обтяжлива необхідність». А от тіло, як «простір для різноманітних переживань», поступово відкривається для людини з віком. Цікавим здається результат, який свідчить про те, що для вікової групи 18-25 років тіло здається «обтяжливою необхідністю», що, ймовірно, пов'язане із тим, що саме в цей час молоді люди оволодівають своїм фізичним тілом, відкривають його для себе та навчаються гармонійним формам взаємодії із протилежною та своєю статтю (*Додаток 7*).

Самооцінка тілесності (по шкалі від 1 до 10) виявила, що більшість респондентів вважають себе тілесними на 8 (29,7%) та 7 (23,4%) балів; другу достатньо велику групу склали ті, хто вважає себе тілесними на 9 (12,3%) та навіть на 10 балів (11,5%). Причому, цікавим виявилось те, що чоловіки відчувають себе більш тілесними, ніж жінки, такий же результат показали і респонденти у віці «46+» (*Додаток 8*).

Серед запропонованих багатьох варіантів відповідей для завершення думки про те, «Яку людину Ви вважаєте тілесною?», респонденти обрали наступні відповіді: має здоровий вигляд, має тіло, вміє прислухатися до потреб власного тіла, розуміє зв'язок між емоціями та фізичними проявами тіла, може легко оперувати власним тілом задля досягнення своїх цілей та приділяє багато уваги турботі про здоров'я (*Додаток 9*). Такий обміркований та свідомий вибір відповідей респондентами свідчить про не завжди стандартне (хоча слід зауважити, що жодних жорстких стандартів щодо цього питання досі не напрацьовано), але глибоке та різностороннє розуміння тілесності, включеної у соціальні аспекти буття, та підкреслює чотири ключових властивості тілесної людини, визначені дослідженням: фізичне володіння тілом (управління, контроль), зв'язок емоцій із тілесними проявами (гармонію та взаємовплив зовнішнього та внутрішнього), піклування про здоров'я та використання тіла задля досягнення широкого спектру власних бажань та цілей.

Із відповідей респондентів на запитання: «На Ваш погляд, як саме на Вас впливають сучасні уявлення про тілесну привабливість?» виявилось, що лише 9,7% цікавляться та легко експериментують із власним тілом, а 40,5% намагаються бути у курсі тенденцій, але зрідка щось змінюють в собі. При цьому 35,7% опитаних взагалі не слідкують за тим, які тіла в даний час вважаються тілесно привабливими (*Додаток 10*).

Будь-який тілесний контакт між людьми також може сприйматися дуже по-різному, про що свідчать цікаві відповіді міських жителів на запитання «Як Ви звичайно ставитесь до дружніх дотиків до Вашого тіла людини, з якою нещодавно познайомились?». Результати дослідження показують, що більшість опитаних відповіли «швидше подобаються» – 43,5%, а друга велика група – 29,7% респондентів відповіли «швидше не подобаються», на третьому місці – 16,4% респондентів, які відповіли, що дуже люблять обійматися. Гендерний зріз продемонстрував наступні результати: чоловіки більше, ніж жінки, схильні до дружніх обійм, що, скоріше за все, історично обумовлено традицією, коли чоловіки обіймаються та пожимають один одному руки, проте жінки лише вітають одна одну словами чи формально по-французькі «чмокають» повітря біля щічки знайомої (*Додаток 11*).

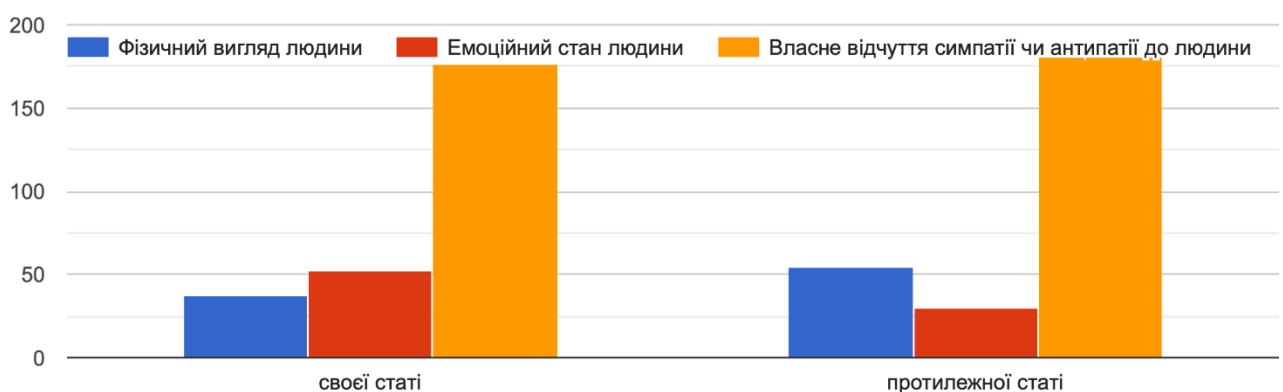
В рамках дослідження самооцінки власної тілесності було також задане запитання: «На Ваш погляд, наскільки Ви самі відповідаєте своєму уявленню про тілесно привабливу людину за кожним з параметрів?» (отримані результати, представлені у *Додатку 12*). Слід зазначити, що тут відповіді розподілились достатньо рівномірно, але домінуючими виявились «сексуальність» та «тілесна чутливість» (за цими критеріями респонденти оцінили себе найвище). Погляд на отримані дані через призму гендеру свідчить, що чоловіки в більшій мірі, ніж жінки, вважають, що відповідають тілесно привабливій людині за такими параметрами, як: здоров'я, витривалість та дисциплінованість тіла, плавність й гармонійність рухів та відкритість. А жінки, в свою чергу, перевагу надають таким своїм тілесним характеристикам, як сексуальність, стильний вигляд, здатність привертати до себе увагу,

граціозна постать, красива хода та тілесна чутливість. Віковий зріз відповідей респондентів надає можливість зробити висновок про те, що з віком зростає й самооцінка по таким параметрам: стильний одяг, плавність, гармонійність рухів, граціозна постать та красива хода. Люди середнього віку (36-45 років) високо оцінюють своє здоров'я, сексуальність, здатність привертати увагу, відкритість та тілесну чутливість.

Для більш детального вивчення відношення до власної тілесності в опитувальнику було запропоноване запитання про задоволеність кожною частиною власного тіла. Результати показали, що найбільше міські жителі задоволені губами, очами та зростом, а найменше – спортивним виглядом, животом/талією та вагою. У гендерному розрізі увагу привертає той факт, що чоловіки більш задоволені своїми сідницями, ногами, вагою, спортивним виглядом, губами, очами та волоссям (Додатку 13).

На Рисунок №2 видно, що при знайомстві з новою людиною обидві статі в першу чергу звертають увагу на власне відчуття симпатії. Проте коли мова йде про зустріч із представником своєї статі, то в другу чергу важливим визнається емоційний стан людини, а по відношенню до представника протилежної статі – фізичний вигляд.

Рисунок №2. Фокус уваги при знайомстві з новою людиною



Що стосується дослідження того, яка саме частина тіла привертає увагу своєї та протилежної статі, то шляхом відкритого запитання та відповідей на нього з'ясувалося, що обличчя, очі та руки є значимими у людини протилежної

статі (слід нагадати, що більшу частину вибірки складають жінки), а обличчя, очі, волосся та фігура привертають увагу особистостей своєї статі (*Додаток 14*).

Окремий інтерес викликало питання – чи вважають респонденти, що зовнішній вигляд має вплив на інші сфери життя. Для цього було запропоноване запитання: «Як Ви вважаєте, чи має зовнішній вигляд людини вплив на наступні сфери життя?». Серед варіантів відповідей ведучу роль зайняли: «Сексуальні зв'язки та можливість отримувати задоволення від власного тіла та життя загалом» та «Соціальні та професійні можливості для самореалізації». А найменший вплив, на думку респондентів, приваблива зовнішність має на здатність навчатись (*Додаток 15*). Цікавим здається те, що чоловіки, на відміну від жінок, вище оцінюють вплив привабливої зовнішності на всі сфери життя. Щодо вікового фільтру, то одержані результати свідчать про те, що вікова група 26-45 років високо оцінюють вплив зовнішності на «соціальні та професійні можливості для самореалізації», «сексуальні зв'язки» та «вірогідність стати батьком/матір'ю».

Одним із актуальніших запитань було: «Якими тілесними практиками міські жителі віддають перевагу займатися найчастіше?». Результати здаються доволі значущими, через те, що першу трійку посіли: прогулянки пішки, розмірковування над обраною задачею та читання книг. Найменше респонденти даної вибірки обирають як регулярні тілесні практики: застосування досягнень естетичної медицини, TRX та ігрові види спорту. Серед активних практик тілесності важливе місце посідають секс (70%) та йога (55%) (*Додаток 16*).

У розрізі міст ситуація майже ідентична із однією різницею: у першу трійку регулярних тілесних практик у Києві потрапило «читання книг», а у Харкові – «косметологічний догляд». Жінки та чоловіки також схильні до визначених тілесних практик, однак, жінки приділяють багато уваги косметологічному догляду в той час, як чоловіки на третє місце обрали «читання книг» (хоча, слід зауважити, що у жінок ця тілесна практика також на дуже високому рівні вибору та лише на 1% відрізняється від вибору чоловіків).

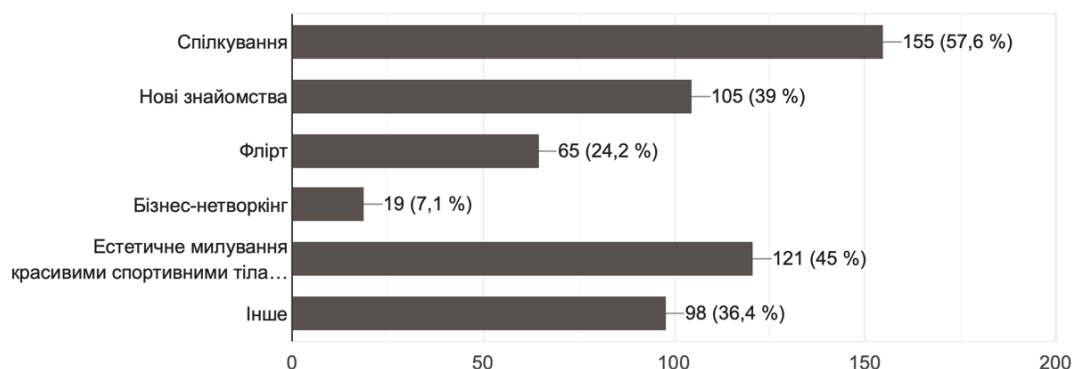
Як і можливо було припустити, вікової різниці у виборі тілесних практик серед опитаних респондентів із міст Києва та Харкова майже не має, крім сексу, який люди від 26 років (на відміну від більш молодих людей) віднесли до значущої тілесної практики (Додаток 16).

Дослідження виявило, що тілесні практики мають сезонний характер для майже половини респондентів (49,8%), що може бути пов'язане, як із циклами більшої завантаженості у професійній сфері, так і весняно-літнім сезоном, коли традиційно людина презентує себе більш оголеною. Невичерпність інформації щодо цього питання залишає простір для подальших досліджень.

З метою визначення мотиваційних факторів щодо залучення до тілесних практик було запропоноване наступне запитання: «Заради чого Ви займаєтесь тілесними практиками?» із можливістю множинного вибору відповідей. Отримані результати пріоритетними для респондентів визначають здоров'я, вплив на внутрішній емоційний стан та можливість відчувати себе більш сексуальним (Додаток 17).

Супутні інтереси, які переслідують респонденти, можна проаналізувати на Рисунок №3. Спілкування та милування естетичними формами спортивних тіл превалюють над іншими виборами. Бізнес-нетворкінг, як ціль, респонденти мають на увазі у найменшій мірі.

Рисунок №3. Супутні інтереси під час тілесних практик



Найбільшій увазі при тілесних практиках (при заданому наборі відповідей) підлягають «живіт/талія», «ноги», «спина» та «сідниці» (*Додаток 18*).

Важливо також було дослідити, наскільки сильно вплинули обставини 2022 року на тілесні практики опитаних. За результатами дослідження 48% зазначили, що приділяють менше уваги піклуванню про власну тілесність; така ж тенденція виявлена для жителів міста Харків (на відміну від мешканців Києва, які з часом та зміною ситуації в місті, стали приділяти більше уваги своєму тілу). Гендерний зріз показав, що жінки стали менше займатись практиками тілесності (*Додаток 19*).

Щодо соціально-демографічних даних (*Додаток 20*), то слід зауважити, що більшість опитаних – це жінки (76,2%), а середній вік респондентів – 36 років. Більшість міських жителів (на прикладі Києва та Харкова), які прийняли участь у дослідженні, мають другий рівень вищої освіти (36,8%), а також професійну (технічну) освіту мають 28,3% респондентів. Важливо зауважити, що 7,1% опитаних мають науковий ступінь. Дана вибірка, безумовно, є дуже цікавою, але не дає можливості стверджувати, що вона відображає у повній мірі соціальний зріз сучасного українського суспільства (навіть у великих містах).

Одружених серед опитаних – 35,7%, а не одружених (31,2%), третє місце посіла група респондентів, що проживають із партнером протилежної статі (19%), а четверте – розлучені (12,6%). Одна третя опитаних (35,7%) мають неповнолітніх дітей, які проживають з ними.

Соціальний статус тих, хто заповнив анкету (можливий був множинний вибір): 30,9% – працюють на повній зайнятості онлайн, 29,7% – навчаються, 23,4% – працюють на повній зайнятості офлайн та 21,9% поєднують декілька робіт. А отже, з цього можна зробити висновок, що респонденти є достатньою мірою активними та залученими у різні по масштабності на напрямку соціальні процеси. Відносно соціально-професійної групи, до якої відносять себе опитані, то більшість з них – це приватні підприємці (34,6%) та працівники

небюджетних організацій (16%). Середній показник доходу респондентів склав 20 000 грн. І більша частина опитаних мають стабільний та регулярний дохід від роботи (62,5%), мають власні заощадження (28,3%) чи отримують дохід час від часу (26%).

До вторгнення країни агресора на територію України, більша частина опитаних відпочивала 1-2 рази на рік (65,8%) або три та більше разів на рік (27,9%). На час проведення дослідження 48,7% респондентів перебували у власному домі в Україні, а 34,9% виїхали з країни та тимчасово налагодили своє життя.

Вдивляючись у майбутнє України та переймаючись темою урбаністичної відповідності запиту міських жителів на облаштування простору для можливості реалізації ними тілесних практик, респондентам було задане запитання: «Після перемоги України у цій війні, наскільки для Вас важливо, щоб у місті «вашої мрії», де Ви будете жити та розвиватись, були...». Отримані дані свідчать про те, що найбільше респонденти зацікавлені у зелених зонах неподалік від місця проживання та чистому повітрі (*Додаток 21*). Гендерний зріз показав, що чоловіки в більшій мірі, ніж жінки, мотивовані побачити свої міста облаштованими для занять практиками тілесності (окрім параметру «Зони, облаштовані критими майданчиками для групових занять йогою, танцями тощо»).

Результати факторного аналізу відповідей на запитання **«З якою регулярністю Ви займаєтесь прийнятними для себе тілесними практиками?»** дали змогу побачити 7 груп тілесних практик, в яких можна розгледіти приховану закономірність та запропонувати проектні назви, пояснення до принципу їх об'єднання та порівняти із запропонованою у теоретичному розділі систематизацією.

Перша група – зовнішньо-орієнтована (відповідає «спортивним» тілесним практикам, які були визначені у рамках запропонованої у Розділі II, п.2.1 нової систематизації практик тілесності): згруповані види тілесних

практик є легкодоступними, популярними та функціонально спрямованими на те, щоб швидко та під контролем третьої особи змінити зовнішній вигляд людини (схуднення, накачування м'язів тощо).

Друга група – внутрішньо-спрямована (являє собою мікс між запропонованими у Розділі II, п.2.1 спортивними, профілактично-оздоровчими та інтелектуальними практиками): йога, танці, масаж тіла та вивчення нової мови сприяють розвитку тілесності у двох напрямках. З одного боку – відточуванню, диференціації та поглибленню тілесних переживань, а з іншого – постійно кидають виклик тілу через необхідність робити зусилля для оволодіння новими знаннями, танцювальними «па» або специфічним чином вибудовувати власне фізичне та духовне тіло, перебуваючи у йога-асані чи практикуючи медитації.

Третя група – умовно-терапевтична (також представляє об'єднання практик спортивних, естетичних та профілактично-оздоровчих). Поєднання вищезазначених практик допускає існування наступного принципу: плавання, застосування досягнень естетичної медицини та фізіотерапія сприяють покращенню здоров'я, але не передбачають особливих зусиль чи напруження від особистості.

Четверта група – інтелектуальна (повністю відповідає запропонованій групі «інтелектуальних» тілесних практик): тренування мозку завдяки розмірковуванню над обраною задачею та читання книг серед широкого загалу не прийнято вважати тілесними практиками. Натомість, результати факторного аналізу підтверджують значимість подібних практик та їх сприятливий вплив на гармонійний розвиток особистості – міського жителя – у ХХІ столітті.

П'ята група склалася лише з однієї практики – косметологічного догляду, а тому її можна назвати *косметичною* та віднести до групи тілесних практик під назвою «естетичні або практики прикрашання», запропонованих вище у теоретичному розділі даної роботи.

Ігрові види спорту та гра в шахи опинились у *шостій групі*, яку, вірогідно, слід так і назвати – *ігровими практиками*. Провідна роль тут відводиться азарту, драйву від гри та непередбачуваності дій супротивника, динаміці та пошуку найоптимальнішого ходу, який би привів до виграшу. Ця група включає у себе «спортивні» та «інтелектуальні» практики, представлені у Розділі II, п.2.1.

I, нарешті, у *сьомій групі* – *інтимній* – можна спостерігати практики (профілактичний медичний огляд та секс), які тісно пов'язані між собою внутрішньою інтимністю, сексуальністю та дорослим піклуванням про власне здоров'я. Цікаве поєднання цих практик складається з двох практик тілесності, зазначених у теоретичному розділі даної роботи – «профілактично-оздоровчі» та «сексуальні» (Додаток 22).

Отримані дані закладають нове підґрунтя для більш глибокого переосмислення тілесних практик. Незважаючи на певні протиріччя, які виявились між теоретичними викладками та результатами факторного аналізу даних із проведеного соціологічного дослідження, обидві систематизації, вірогідно, мають право на існування та дообмірковування. Підставою для цього є наступні тези: варіант першого групування був заснований на принципах подібності, напряму докладання зусиль людини та отриманого результату (спрямований на зовнішній чи внутрішній світ людини). Друга систематизація, отримана за даними опитування, додає більшої наочності та ореальноє те, що відбувається наразі та є актуальним для міських жителів.

Більш глибокий аналіз отриманих від респондентів даних, також виявив, що між «типом тілесних практик» та «ставленням до свого тіла», виміряним за критерієм Спірмена, існує значущий взаємозв'язок. Змінні «Людське тіло для Вас - це... [Образ]» та «Людське тіло для Вас - це... [Інструмент для перетворення реальності]» мають коефіцієнт кореляції 0,155 та 0,124 відповідно з другим фактором, який складається з практик [Йога], [Танці], [Вивчення нової мови] та [Масаж тіла] (група, для якої була запропонована назва «*внутрішньо-спрямовані*» практики). Коефіцієнт кореляції є мірою сили та напряму

лінійного зв'язку між двома змінними, де значення, близькі до 1, вказують на сильну позитивну кореляцію; значення, близькі до -1, вказують на сильну негативну кореляцію; а значення, близькі до 0, вказують на відсутність кореляції. В даному випадку коефіцієнт кореляції між змінними, що представляють інтерес, є позитивним, що вказує на те, що зі збільшенням однієї змінної, інша змінна також збільшується. Однак, слід підкреслити, що значення 0,155 та 0,124 вказують на слабку позитивну кореляцію (*Додаток 23*).

Важливо зазначити, що тест рангової кореляції Спірмена використовується для вимірювання кореляції між двома порядковими або безперервними змінними. Він зазвичай використовується, коли дані розподілені ненормально, або коли дані є порядковими. Варто також мати на увазі, що для визначення статистичної значущості результатів слід враховувати р-значення, пов'язане з коефіцієнтами кореляції. Якщо р-значення менше рівня значущості (зазвичай 0,05), можна відкинути нульову гіпотезу про відсутність кореляції між змінними і зробити висновок про наявність значущої кореляції. В нашому випадку такий зв'язок був зафіксований на рівні нижче 0,05.

Загалом результати свідчать, що особи, які мають сильніше переконання, що людське тіло – це «образ», схильні більше займатися йогою, танцями, вивченням нової мови та масажем тіла. Аналогічно, особи, які мають сильніше переконання, що людське тіло є «інструментом для перетворення реальності», схильні більше займатися йогою, танцями, вивченням нової мови та масажем тіла. Важливо зазначити, що кореляція не означає причинно-наслідковий зв'язок, тому не можна стверджувати, що участь у практиках йоги, танців, вивчення нової мови та масажу тіла призведе до формування переконання, що людське тіло є образом або інструментом для перетворення реальності. Можуть існувати й інші фактори, що впливають на взаємозв'язок між змінними, що досліджуються.

Цей результат може бути використаний дослідниками, практиками або інструкторами в області тілесних практик або суміжних областях, як спосіб зрозуміти взаємозв'язок між переконаннями людей про людське тіло і їх участю

в певних тілесних практиках. Він також може бути використаний, як основа для подальших досліджень, з метою вивчення глибинних механізмів цього взаємозв'язку та розробки інтервенцій для сприяння участі в тілесних практиках.

Також одержані результати демонструють, що існує статистично значущий зв'язок між змінною «Людське тіло для Вас – це... [Простір для різноманітних переживань]» та третім фактором, який складається з практик [Плавання], [Застосування досягнень естетичної медицини (ін'єкції тощо)] та [Фізіотерапія/реабілітація] (*умовно-терапевтичні* практики), що вимірюється за допомогою критерію Спірмена. Коефіцієнт кореляції між змінною та третім фактором становить 0,209, що свідчить про помірний позитивний зв'язок. Рівень значущості (sig) 0,001 свідчить про те, що ймовірність отримання такого коефіцієнта кореляції випадково є дуже низькою, а це означає, що кореляція між змінними є статистично значущою.

Результат свідчить про те, що особи, які мають сильніше переконання, що людське тіло є «простором для різноманітних переживань», схильні більше займатися плаванням, практиками естетичної медицини та фізіотерапією/реабілітацією. Це може свідчити про те, що особи, які розглядають своє тіло як простір для різноманітних переживань, можуть бути більш схильні досліджувати різні способи використання свого тіла, тобто брати участь у різноманітних видах фізичної активності, які сприяють здоров'ю та благополуччю, але не вимагають від людини багато зусиль. Як наслідок цього, допустимо припущення, що такі особи можуть бути більш відкритими до експериментів з різними формами вдосконалення або реабілітації свого тіла.

Також можна стверджувати, що існує значущий зв'язок між змінною «Людське тіло для Вас – це... [Інструмент для самопізнання]» та четвертим фактором, який складається з практик [Розмірковування над обраною задачею], [Читання книг] (*інтелектуальні* практики), що вимірюється за критерієм Спірмена. Коефіцієнт кореляції між змінною та четвертим фактором становить -0,134, що свідчить про слабкий негативний зв'язок. Рівень значущості (sig)

0,030 свідчить про те, що ймовірність отримання такого коефіцієнта кореляції випадково є низькою, а це означає, що кореляція між змінними є статистично значущою.

Результат свідчить про те, що особи, які мають більш сильне переконання, що людське тіло є інструментом для самопізнання, схильні менше брати участь у роздумах над обраним завданням та читанні книг. Це може свідчити про те, що особи, які розглядають тіло як «інструмент для самопізнання», схильні надавати перевагу будь-яким іншим методам самодослідження, а не рефлексивному мисленню чи читанню.

Існує зв'язок між змінною «Людське тіло для Вас – це... [Символ]» та п'ятим фактором, що складається з практики [Косметологічний догляд (креми, маски, масаж обличчя)] (*косметичні* або практики прикрашання), виміряний за допомогою критерію Спірмена. Коефіцієнт кореляції між змінною та п'ятим фактором становить 0,107, що свідчить про слабкий позитивний зв'язок. Рівень значущості (sig) 0,083 свідчить про те, що ймовірність випадкового отримання такого коефіцієнта кореляції є відносно високою. Це означає, що кореляція між змінними не є статистично значущою.

Оскільки коефіцієнт кореляції є слабким і результат не є статистично значущим, то це означає, що неможливо бути впевненими в тому, що це реальний зв'язок, а не випадковість. Це може свідчити про те, що особи, які розглядають тіло як символ, можуть бути більш схильні піклуватися про свій зовнішній вигляд, інвестувати в косметичний догляд та використовувати певні тілесні практики для покращення зовнішнього вигляду свого тіла. Однак цей результат слід інтерпретувати з обережністю, оскільки кореляція не є статистично значущою, і на зв'язок між зазначеними змінними можуть впливати інші фактори.

В цілому отримані результати в силу слабких зв'язків та нетипових, зовнішніх або особистісних впливів, слід інтерпретувати з оглядкою на достовірність; важливо не перебільшувати їх значення, а розглядати в контексті

будь-якої іншої доступної інформації та інших досліджень, які були або ще будуть проведені з метою дослідження тілесних практик та їх впливу на сучасного міського жителя.

Кластерний аналіз для блоку запитань щодо тілесного досвіду, показав, що важливими показниками для формування одного кластеру виявились наступні твердження:

- Ваш тілесний досвід [Йога]
- Ваш тілесний досвід [Медитації]
- Ваш тілесний досвід [Секс]
- Ваш тілесний досвід [Масаж]
- Ваш тілесний досвід [Ванни, СПА]
- Ваш тілесний досвід [Танці]

Отже, результати кластерного аналізу дозволили сформувати *групу (кластер)*, до якої відносяться респонденти, що практикують зараз йогу, медитації, секс, масаж, ванни та СПА, але не відвідують танці.

Кластерний аналіз дав змогу дослідити, як відрізняються відповіді респондентів у розрізі соціально-демографічних факторів, таких як: дохід, освіта, місця відпочинку, кількість відпусток (до початку війни в Україні у лютому 2022 року), зайнятість та джерела доходу. Отримані результати показали, що статистично значуща відмінність щодо соціально-демографічних характеристик та приналежності до кластеру існує тільки відносно параметру «дохід» респондента. Тобто, чим більший дохід людини тим, ймовірніше вона належить до цього кластера, що означає, що вона з більшою вірогідністю практикує різні тілесні практики, такі як йога, медитація, сексуальні розваги, масаж, ванни та СПА (але не відвідує танці). І, навпаки, чим нижчий дохід респондентів, тим більша ймовірність, що людина не практикує зазначені практики тілесності (*Додаток 24*).

3.3. Аналіз відповідей на додаткові дослідницькі питання щодо тілесності міських жителів

Опитувальник «Тілесність», який містив достатньо різносторонні запитання для з'ясування уявлень про тілесність мешканців міст Києва та Харкова та їхні тілесні практики, дав можливість за допомогою методів статистичного аналізу, розглянути ряд гіпотез та підтвердити чи спростувати їх.

1) Чи є зв'язок між впливом на формування підліткових уявлень про тіло та, власне, рівнем “тілесності”?

Матриця кореляції демонструє зв'язок між блоком змінних «Як Ви вважаєте, якою мірою вплинули на формування Ваших підліткових уявлень про тіло» та змінною «Наскільки Ви вважаєте себе тілесним/тілесною». Для репрезентації першого блоку запитань щодо підліткових уявлень респонденту пропонувались наступні альтернативи:

- Батьки та родичі
- Вчителі та викладачі
- Герої фільмів, актори, зірки шоу-бізнесу
- Книги, комікси, плакати з журналів
- Спеціальні спортивні гуртки
- Ровесники, друзі
- Інші культури

Оскільки ці змінні презентовані у вигляді порядкових шкал, то для пошуку зв'язку був застосований коефіцієнт кореляції Спірмена. Адже це корисний статистичний тест для вимірювання зв'язку при роботі з порядковими даними. Ця статистика є робастною, тобто на результат не впливають викиди, що робить цей тест більш надійним показником зв'язку, ніж, наприклад, коефіцієнт кореляції Пірсона. Крім того, коефіцієнт кореляції Спірмена здатний виявляти нелінійні зв'язки між двома порядковими змінними, що неможливо при використанні кореляції Пірсона. Отже, результати кореляційного аналізу

демонструють, що статистично значущий зв'язок є між рівнем тілесності та впливом вчителів та викладачів на формування підліткових уявлень про тіло і становить ($p = 0,160^{**}$) (Додаток 25). Отримані результати є цікавими через те, що на перший погляд найбільш впливовими авторитетними персонами для підлітка, а отже на його відчуття себе тілесною людиною, мали б бути батьки та найближчі родичі. В той час, як виявилось, що викладачі та вчителі сприяють формуванню позитивних поглядів підлітків на усвідомлення ними власного тіла. Це повертає нас до відомої родової мудрості: обирати потрібно не школу, а вчителів, адже їх вплив на формування майбутньої особистості набагато глибший та пролонгований, ніж може здатися спочатку.

2) Чи є зв'язок між регулярністю тілесних практик та сприйняттям тілесності у респондентів?

Матриця кореляцій демонструє зв'язок між блоком змінних «Людське тіло для Вас це...» та змінною «Регулярність тілесних практик». Блок змінних «Людське тіло для Вас це ...» містить наступні альтернативи:

- Символ
- Образ
- Ресурс
- Обтяжлива необхідність
- Простір для різноманітних переживань
- Машина
- Інструмент для самопізнання
- Інструмент для перетворення дійсності

Варто наголосити, що змінна «Регулярність тілесних практик» – це перекодована змінна, де кожному респонденту призначена значення кількості практик, котрі було обрано щодо кожної з 4 варіантів відповідей «займався/лась до 18 років», «займався/лась якийсь час», «практикую зараз» та «ніколи не займався/лась». Максимальне значення – 23 (саме така кількість практик запропонована респонденту в опитувальнику).

Спираючись на результати кореляційного аналізу, бачимо наступні результати:

- Існує статистично значущий зв'язок між опцією (Ваш тілесний досвід: практикую зараз) та Людське тіло для Вас це ... [Символ] - Spearman's rho = 0.142*, [Простір для різноманітних переживань] - Spearman's rho = 0.135* (Додаток 26)

Тобто позитивний статистичний зв'язок між тілесним досвідом та сприйняттям тіла як «символ» може свідчити про те, що різносторонній актуальний фізичний досвід людини формує її сприйняття свого тіла в більш метафоричному, загальному сенсі. Людина, яка постійно приділяє багато уваги тілесним відчуттям (наприклад, під час занять спортом), більш точно підмічає й зміни, які відбуваються з тілом, з самовідчуттям себе, та схильна вбачати в своєму тілі дещо більше, ніж просто фізичну оболонку. Така людина, вірогідно, відчуває, що має вплив на враження, яке справляє на оточуючих своїми тілесними проявами, та може транслювати додаткові змісти.

Позитивний статистичний зв'язок між тілесним досвідом та сприйняттям тіла як «простору для різних переживань» може свідчити про те, що тілесно активні люди здатні більш свідомо та цілеспрямовано використовувати своє тіло для дослідження та вираження цілого ряду емоцій, відчуттів та думок. Це може пояснити, чому люди часто вважають, що тілесні практики, такі як танці, йога чи медитація, можуть бути корисним для психічного здоров'я та мати розвиваючий особистість ефект. Крім того, це також може дати уявлення про те, чому людей приваблює діяльність, яка дозволяє їм відчувати і досліджувати своє тіло різними способами (наприклад, малювання на тілі, масаж, нові види спорту та ін.). Зрозуміло, що значення коефіцієнту кореляції є низьким, але в соціальних науках це дає змогу припускати щодо «характеру» зв'язку та можливих «причин та наслідків» зв'язку.

- Існує статистично значущий зв'язок між опцією (Ваш тілесний досвід: займався/лась якийсь час) та Людське тіло для Вас це ...

[Інструмент для самопізнання] - Spearman's rho = -0.121*,
[Інструмент для перетворення дійсності] - Spearman's rho = -0.215**

Також отримали доволі цікаві результати щодо варіанту «Ваш тілесний досвід: займався/лась якийсь час» та [Інструмент для самопізнання], [Інструмент для перетворення дійсності]. В обох випадках ми маємо негативний зв'язок. Отже, зі збільшенням кількості тілесних практик, якими займався респондент, зменшується загальна оцінка щодо сприйняття людського тіла як «інструменту для самопізнання» та «інструменту для перетворення дійсності». Негативна статистична кореляція між цими факторами може вказувати на те, що люди менш схильні використовувати своє тіло як джерело інсайту та дослідження, коли вони відчувають себе відірваними від нього. Це може пояснити, чому людям важко знайти сенс і мету свого життя, коли вони відчувають себе відчуженими від власної тілесності, і чому різні тілесні та чуттєві практики, можуть бути корисними для того, щоб допомогти людям відновити зв'язок зі своїм тілом і отримати більш глибоке розуміння самих себе.

- Існує статистично значущий зв'язок між опцією (Ваш тілесний досвід: ніколи не займався/лась) та Людське тіло для Вас це ... [Обтяжлива необхідність] - Spearman's rho = 0.143*, [Машина] - Spearman's rho = -0.124*, [Інструмент для перетворення дійсності] - Spearman's rho = 0.137**

Якщо респондент ніколи не займався тілесними практиками і не має тілесного досвіду, то він частіше сприймає людське тіло як «обтяжливу необхідність», або «інструмент для перетворення». Це може бути пов'язано з недостатнім розумінням того, як фізична активність і тілесні практики можуть бути корисними як для фізичного, так і для психічного, духовного здоров'я, а також з недостатнім відчуттям та усвідомленням зв'язку між тілом і розумом. Крім того, це також може бути пов'язано низькою тілесною чутливістю в цілому (відсутність тілесного досвіду чи його убогість з раннього дитинства та в підлітковому віці), що може призвести до сприйняття тіла як інструменту для

трансформації, а не як джерела насолоди, дослідження, самопізнання, поглиблення чуттєвих переживань. Також ми спостерігаємо негативну кореляцію між відсутністю тілесного досвіду та сприйняттям людського тіла як «машини». Це може вказувати на те, що люди без достатнього тілесного досвіду не мають й відчуття внутрішнього права «управляти» своїм тілом на власний розсуд, скеровувати його з метою задоволення своїх потреб у заданому напрямку, «підрихтовувати».

3) Чи існує зв'язок між регулярністю тілесних практик та уявленням про тілесність у респондентів?

Важливо також проаналізувати зв'язок між тілесним досвідом респондентів та уявленням про власну тілесну привабливість за наступними параметрами:

- Здоров'я
- Сексуальність
- Стильний вигляд
- Витривалість, дисциплінованість тіла
- Здатність привертати до себе увагу
- Плавність, гармонійність рухів
- Граціозна постать
- Красива хода
- Відкритість
- Тілесна чутливість

Перше, що варто відзначити, що відсутній статистично значущий зв'язок між уявленнями про власну тілесну привабливість та тілесним досвідом «займався/лась до 18 років». Це свідчить про те, що тілесні практики відіграють важливу роль у сприйнятті власної привабливості, однак це в більшій мірі стосується теперішнього часу. Якщо зараз респондент займається тілесними практиками, то це корелює з оцінкою. Однак якщо респондент займався раніше, то це впливало на формування певних сталих думок щодо

власної тілесності. Також ми бачимо, що альтернатива «практикую зараз» корелює з багатьма іншими параметрами «власної тілесної привабливості»:

- 1) Існує статистично значущий зв'язок між опцією (Ваш тілесний досвід: практикую зараз) та На ваш погляд, наскільки Ви самі відповідаєте своєму уявленню про тілесно привабливу людину за кожним з параметрів: [Здоров'я] - Spearman's rho = 0.276**, [Сексуальність] - Spearman's rho = 0.305**, [Стильний вигляд] - Spearman's rho = 0.196** , [Витривалість та дисциплінованість тіла] - Spearman's rho = 0,192**, [Здатність привертати до себе увагу] - Spearman's rho = 0.214**, [Граціозна постать] - Spearman's rho = 0.182**, [Відкритість] - Spearman's rho = 0.161**, [Тілесна чутливість] - Spearman's rho = 0.289** (Додаток 27)

Результати демонструють, що тілесні практики на регулярній основі дають можливість відчувати себе більш здоровим, сексуальним, стильним. Люди, що займаються тілесними практиками можуть мати більш високий рівень енергії протягом дня, що допомагає залишатись більш вмотивованими та дисциплінованими. А постійні заняття сприяють не тільки фізичному здоров'ю та покращенню тілесної чутливості, а й додають впевненості у собі, сприяють більшій відкритості під час комунікацій та впливають на здатність привертати до себе увагу.

- Для альтернативи «Ваш тілесний досвід: ніколи не займався/лась» в більшій мірі притаманний негативний статистично значущий зв'язок з уявленням про власну тілесну привабливість.

Це може бути пов'язано з недостатнім розумінням того, як саме практики тілесності можуть бути корисними для здоров'я та сексуальності, а також з відчуттям відчуженості від власного тіла, недостатнім усвідомленням зв'язку між всіма системами організму. Результати також демонструють, що існує статистично негативна кореляція між тими, хто не займається тілесними практиками, та їх здатністю сприймати власну витривалість або

дисциплінованість. Іншими словами, люди, які не займаються регулярними фізичними вправами, з меншою ймовірністю усвідомлюють, наскільки вони можуть витримати фізичні або розумові навантаження, ніж ті, хто регулярно займається тілесними практиками.

Взаємозв'язок між відсутністю тілесного досвіду та здатністю привертати до себе увагу, мати красиву ходу, або граціозну постать чи плавність та гармонійність рухів є негативним та статистично значущим. Результати свідчать про те, що між цими змінними дійсно існує статистично негативна кореляція. Це означає, що ті, кому не вистачає тілесного досвіду, як правило, менш здатні ефективно використовувати своє тіло в естетичних цілях. Цей висновок особливо доречний, якщо врахувати, скільки уваги суспільство приділяє зовнішньому вигляду сьогодні. Ми живемо в культурі, яка орієнтована на імідж та заохочує показові, демонстраційні форми презентації себе, а про людину судять по її зовнішності. Таким чином, цілком логічно та справедливо зазначити, що більша обізнаність про своє тіло та регулярні тілесні практики були б корисні. Це дозволяє не лише підтримувати себе у здоровій формі, а й виглядати привабливо та відчувати себе більш впевнено.

4) Чи є зв'язок між регулярністю тілесних практик та рівнем тілесності?

Результати кореляційного аналізу демонструють, що «Ваш тілесний досвід: практикую зараз» має позитивний зв'язок із сприйняттям власної тілесності, тоді як «Ваш тілесний досвід: ніколи не займався/лась» має статистично негативний зв'язок із сприйняттям тілесності. Це означає, що люди, які займаються тілесними практиками, як правило, мають більш позитивне сприйняття власного тілесного "я", ніж ті, хто не займається такою діяльністю (*Додаток 28*).

5) Чи є зв'язок між регулярністю тілесних практик і тим, наскільки людині подобається кожна з частин її тіла?

Для тестування цього припущення було використано лише змінні «Практикую зараз» та « Ніколи не займався/лась», оскільки, як видно з таблиці 3 та 4 – це ті категорії, які «найчастіше» корелюють з тілесністю.

Ґрунтуючись на результатах, ми можемо спостерігати, що зв'язок між змінними дійсно існує. Причому ті, хто регулярно займається фізичними вправами, мають більш позитивне уявлення про своє тіло, а також частіше оцінюють власні параметри та окремі частини тіла, як такі, що подобаються. Найбільший зв'язок можна спостерігати між тілесним досвідом та спортивним виглядом. Так, респондент, що практикують зараз мають Spearman's rho = 0.317**, а ті що не практикують Spearman's rho = -0.338**. Також ми бачимо, що статистично значущий зв'язок існує також із тим чи подобаються респонденту власні пропорції тіла. Тобто, якщо респондент практикує зараз тілесні практики, то він частіше обирає відповідь про те, що йому подобаються власні пропорції тіла. Ми бачимо, що Spearman's rho = 0.259**, а у випадку, якщо респондент не займається тілесними практиками, то ми маємо негативний зв'язок Spearman's rho = -0.199**. Аналогічний статистичний зв'язок спостерігається стосовно сприйняття власних сідниць. Респонденти, що практикують зараз мають показник Spearman's rho = 0.221**, тоді як респонденти, що не займаються – Spearman's rho = -0.161**. Варто зауважити, що тілесний досвід має зв'язок не лише з тими частинами тіла, які безпосередньо можна покращити за допомогою тілесних практик, а й з частинами тіла, що не можуть бути вдосконалені за допомогою фізичних вправ, а саме – очі, губи. В цьому випадку ми бачимо, що статистично значущий зв'язок характерний лише для тих респондентів, що практикують зараз різні тілесні практики. Тобто заняття тілесними практиками дає не лише змогу набути певних бажаних тілесних параметрів, а й змінити своє ставлення до параметрів власного тіла (*Додаток 29*).

На закінчення (хоча необхідно провести подальші дослідження з цього питання, перш ніж можна буде зробити більш обґрунтовані висновки), з наведених даних зрозуміло, що існує певний зв'язок між тілесними практиками

й тим, як люди сприймають власне тіло; при цьому ті, хто займається регулярно, набагато частіше мають більшу впевненість у собі, ніж інші, які не застосовують до тіла тілесні практики.

б) Чи є різниця між сприйняттям людського тіла («Людське тіло для Вас це ...») залежно від статі респондента?

Для відповіді на це запитання був взятий блок запитань «Людське тіло для Вас це...»:

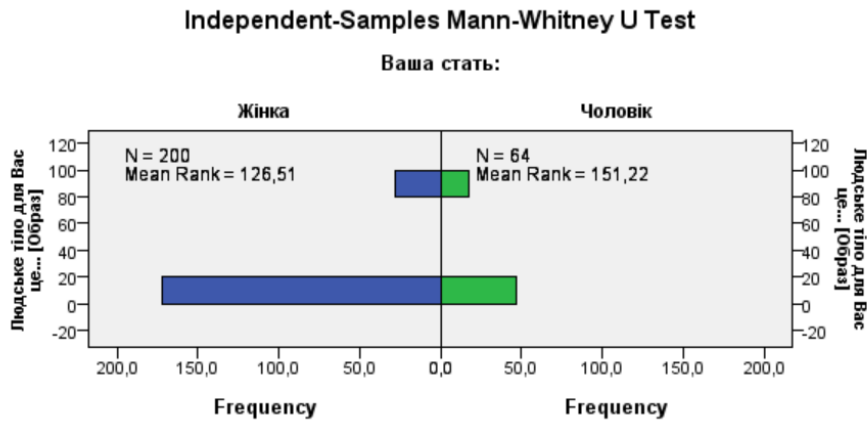
- Символ
- Образ
- Ресурс
- Обтяжлива необхідність
- Простір для різноманітних переживань
- Машина
- Інструмент для самопізнання
- Інструмент для перетворення дійсності

та використано U-критерій Манна-Уїтні для незалежних вибірок. Адже це потужний статистичний інструмент, який застосовується для оцінки відмінностей між двома незалежними вибірками даних. Його можна використовувати для порівняння сприйняття людського тіла в залежності від статі, оскільки він забезпечує ефективний спосіб вимірювання та аналізу значущих відмінностей в оцінках між групами. Також цей тест має ряд переваг перед іншими методами тестування групових відмінностей, включаючи його здатність виявляти тонкі зміни в сприйнятті, які можуть бути не виявлені більш традиційними тестами, такими як t-тести або тести хі-квадрат. Крім того, цей непараметричний метод є менш чутливим, ніж параметричні підходи, коли присутні викиди або коли порушуються припущення про нормальність.

Загалом тестування припущень з використанням U-критерію Манна-Уїтні для незалежних вибірок продемонструвало наявність лише однієї статистично

значущої відмінності між змінною «Людське тіло для Вас це ... [Образ] та статтю (Рисунок №4).

Рисунок №4. U-критерій Манна-Уїтні для незалежних вибірок: існує різниця між сприйняттям людського тіла



Результати аналізу показали, що чоловіки частіше, ніж жінки, погоджувалися з тим, що людське тіло є образом, що свідчить про потенційну гендерну різницю в думках щодо цієї теми. Такий результат, з одного боку, ймовірно є наслідком того, що у сучасному суспільстві та сформованій ним культурі жіноче тіло розглядається як недосяжний ідеалізований образ, який, при цьому, постійно змінюється під впливом актуальних трендів та економічної вигоди провідних корпорацій та брендів. Очікування чоловіків, вірогідно, більшою мірою є еkleктичним збірним образом «жінки з обкладинки» чи з Тік-Ток, який хоч і не відповідає всім критеріям, які до нього висувуються зовнішніми вимогами, все ж таки має прагнути до заданої форми та досконалості. З іншого боку, сприйняття чоловіками тіла як образу може свідчити про їх меншу чутливість до власного тіла, схильності більш цілісно сприймати людину (не вдаючись в деталі) та не помічати тонких нюансів.

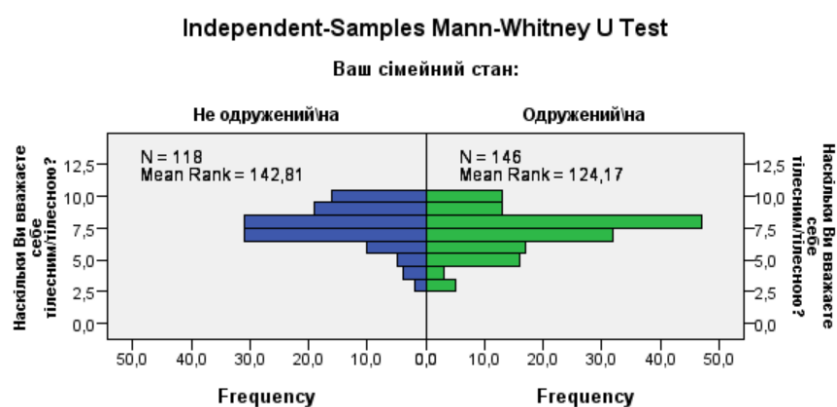
7) Чи є відмінність між рівнем тілесності так соціально-демографічними характеристиками (вік, стать, освіта, сімейний статус, соціально-професійна група, дохід)?

Соціально-демографічні показники, такі як вік, стать, освіта, сімейний статус, соціально-професійна група та дохід, можуть впливати на те, як людина

сприймає власне тіло. Дослідження показали, що, наприклад, люди, які походять з нижчих соціально-економічних верств населення, можуть мати більш негативне уявлення про своє тіло, ніж люди з вищих соціально-економічних верств населення. Крім того, дослідження також показали, що певні демографічні групи, в даному випадку жінки, можуть бути більш схильні відчувати незадоволеність своїм тілом, ніж інші групи. Такі відмінності у сприйнятті у першому випадку можна пояснити нерівністю у доступі до ресурсів та можливостей, а у другому – різними соціальними очікуваннями та тиском, з якими можуть стикатися певні демографічні групи [Stanislaw, 2016].

Однак, в рамках дослідження тілесності серед міського населення Києва та Харкова отримана дещо інша картина. Статистичні результати U-критерій Манна-Уїтні для незалежних вибірок продемонстрували, що існує відмінність між рівнем тілесності та сімейним статусом (одружений/на чи неодружений/на), а також наявність дітей (Рисунок №5).

Рисунок №5. U-критерій Манна-Уїтні для незалежних вибірок: існує різниця між сприйняттям тілесності та сімейним



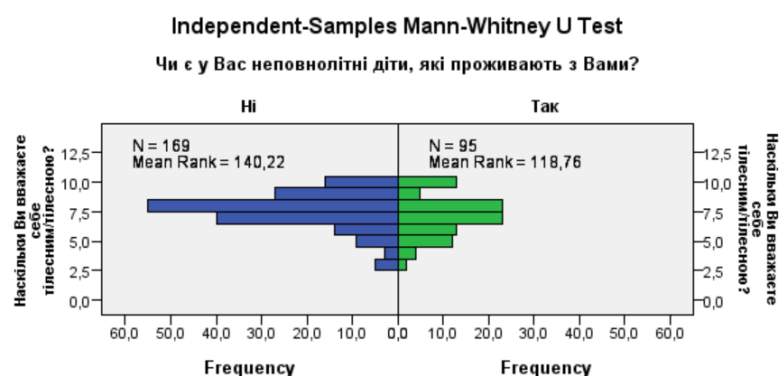
станом

Результати аналізу свідчать, що неодружені респонденти частіше вважають себе більш тілесним/тілесною, ніж одружені респонденти. Цей висновок має важливі наслідки для розуміння взаємозв'язку між сімейним станом та сприйняттям власної тілесності.

По-перше, цей результат може вказувати на те, що неодружені особи відчують менший соціальний тиск або стигму, пов'язану з їхньою тілесною поведінкою, коли мова йде про фізичну активність, тілесні практики або реалізацію глибинних бажань. По-друге, можна стверджувати, що ті, хто не пов'язані шлюбом, ймовірно, відчують себе вільніше у вираженні своїх тілесних вподобань та потенціалу, в більшій мірі налаштовані на вивчення свого тіла, себе та мають на це час, схильні до поглиблення тілесних переживань та шукають шляхи для їх урізноманітнення. По-третє, у тих, хто вже влаштував своє особисте життя шляхом одруження, нібито відпадає необхідність ретельно, як раніше, стежити за своїм тілом, що виправдовується, перш за все, більшим навантаженням у вільний час та браком вільного часу, як такого.

Оскільки нульова гіпотеза – це різниці немає, то результати аналізу про різницю у сприйнятті тілесності між чоловіками та жінками дають статистичну основу вважати, що різниця є.

Рисунок №6. U-критерій Манна-Уїтні для незалежних вибірок: різниця між сприйняттям тілесності та наявністю неповнолітніх дітей, які проживають з респондентом



Перш за все, ці результати демонструють, що особи, які не мають дітей, як правило, більш усвідомлюють власну тілесність та вважають себе тілесним (Рисунок №6). Це може бути пов'язано з тим, що вони приділяють більше уваги заходам по догляду за собою, таким як фізичні вправи або дотримання дієти, а також більше та частіше можуть займатись різними тілесними практиками. Що

стосується батьків, то вони часто занадто зайняті турботою про свою сім'ю, щоб надавати пріоритет потребам особистого здоров'я, що, в свою чергу, може призвести до відчуття провини за те, що вони не приділяють достатньо часу собі. Крім того, саме виховання дітей може бути неймовірно виснажливим процесом як психічно, так і фізично; таким чином, деяким батькам важко відчувати зв'язок зі своїм тілом, коли вони виснажені турботою про інших.

Отже, отримані результати дають цінне розуміння того, як саме можуть впливати соціальні фактори (в даному випадку наявність неповнолітніх дітей) на власне відчуття тілесності. Тому важливо продовжувати досліджувати цей аспект далі, щоб була можливість краще зрозуміти, які ще фактори позитивно чи негативно впливають на індивідуальне сприйняття власного тіла сучасною людиною, обтяженою родиною.

8) Чи є зв'язок між сприйняттям тілесності («Я вважаю людину тілесною, якщо вона...») та віком респондента?

Для перевірки припущення щодо зв'язку між уявленнями про «важливі» характеристики тілесності та віком респондента можна використати тест Кендалла (*Додаток 30*). Цей статистичний метод вимірює зв'язок двох змінних між собою шляхом обчислення їх коефіцієнта кореляції. Змінна вік перекодована за наступними категоріями:

- 15-17 років;
- 18-25 років;
- 26-35 років;
- 36-45 років;
- 46+ років.

Отже, результати демонструють, що чим більше вік респондентів тим сильніше вони вважають важливими наступні характеристики «тілесної» людини:

- має красиву зовнішність – Kendall's tau_b = 0.149**

- вмiє робити масаж – Kendall's tau_b = 0.153**
- дотримується трендiв ЗОЖ – Kendall's tau_b = 0.147**

Негативний зв'язок зафіксований з наступними характеристиками:

- має екстрасенсорні здібності – Kendall's tau_b = -0.147**
- професійно займається спортом – Kendall's tau_b = -0.121**

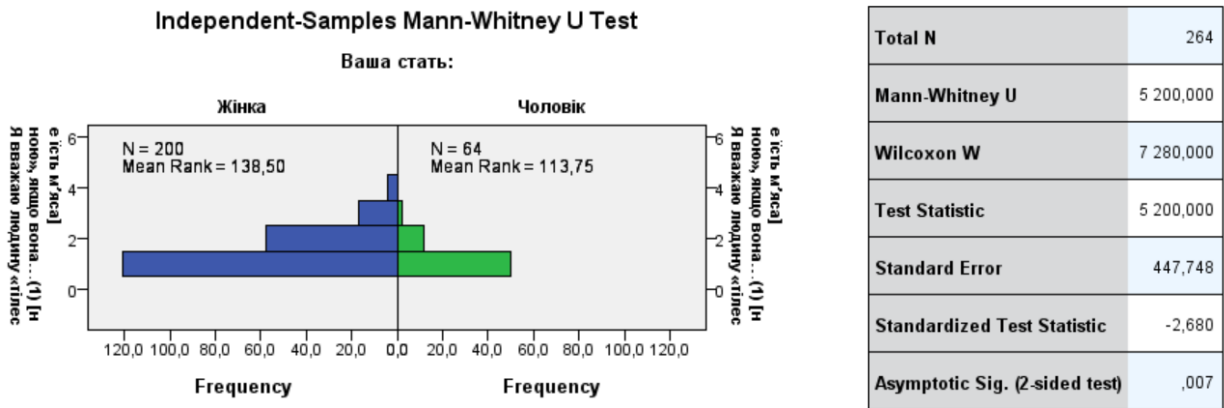
Отримані дані можна проінтерпретувати наступним чином: з віком людина починає в більшій мірі розуміти, що щаслива людина – тілесна людина, а отже й красива та здорова. Навички масажу та самомасажу дійсно що можуть бути важливими характеристиками людини тілесної, а здоровий спосіб життя та відслідковування нових напрацювань в цій темі стають більш актуальними саме з часом, коли вікові фізіологічні зміни стають очевидними та вимагають більшої пильності зі сторони особистості. Цікавими є дані про те, що старші люди в більшій мірі не вважають спортивних людей тілесними. По-перше, це може означати переосмислення, яке роблять люди після 35-40 років та розуміють, що спорт не дорівнює тілесність. Так, наприклад, професійні спортсмени часто страждають на різноманітні, отримані у спорті, захворювання, а люди, які люто закачують м'язи навіть зі шкодою для здоров'я, виглядають не природно та скуто. А, по-друге, професійний спорт стає не актуальним для дорослих людей по двом причинам: неможливість досягнення високих результатів, на що саме вiй й спрямований, та побоювання травмування.

9) Чи є різниця між сприйняттям тілесності («Я вважаю людину тілесною, якщо вона...») та статтю респондента?

Протестувавши припущення щодо різниці між сприйняттям різних параметрів тілесності виявлено, що наступні альтернативи мають статистично значущу відмінність між статтю:

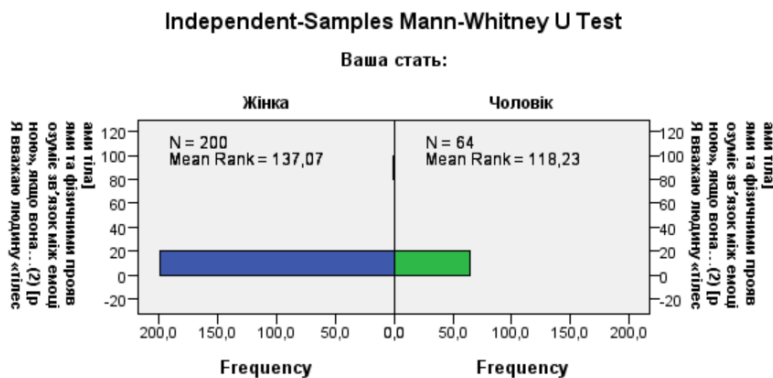
- не їсть м'яса (*Рисунок №7*)
- розуміє зв'язок між емоціями та фізичними проявами тіла (*Рисунок №8*)

Рисунок №7. Результати аналізу припущення: існує різниця між важливістю параметру «не їсть м'яса» для сприйняття «тілесності» та статтю респондента



В цілому, перевірка припущення показує, що жінки, як правило, сприймають людей, що не їдять м'ясо інакше, ніж чоловіки, коли справа доходить до того, як вони сприймають тілесність. Статистична значущість цього тесту = 0.007, дає всі підстави відхилити гіпотезу про відсутність різниці між чоловіками та жінками. Таким чином, подальші дослідження повинні продовжувати вивчати це явище, щоб можна було глибше зрозуміти, які саме думки формують таке їхнє відношення (індивідуальний досвід, переконання, цінності, пов'язані з харчовими звичками в цілому тощо).

Рисунок №8. Результати аналізу припущення: існує різниця між важливістю параметру «розуміє зв'язок між емоціями та фізичними проявами тіла» для сприйняття «тілесності» та статтю респондента



Total N	264
Mann-Whitney U	5 486,500
Wilcoxon W	7 566,500
Test Statistic	5 486,500
Standard Error	406,317
Standardized Test Statistic	-2,248
Asymptotic Sig. (2-sided test)	,025

Перевірка припущення про те, що жінки вважають, що розуміння зв'язку між емоціями та фізичними проявами тіла вказує на тілесність, є важливим кроком у поглибленні знань про те, як вони сприймають своє тіло. Перевіривши це припущення, можна краще зрозуміти, як люди сприймають себе, і отримати уявлення про те, чому проявляється певна поведінка. Рівень значущості менший 0.05 дає нам статистичне підґрунтя для виявлення відмінностей між статтю респондента та вибором даної опції. В цілому видно, що жінки більш схильні обирати цей параметр, як важливий для «тілесності». Тобто ці дані можуть бути використані для майбутніх досліджень гендерних відмінностей щодо здатності регулювати емоції, а також це дає додаткове розуміння того, чому існують певні очікування та моделі поведінки серед представників різних статей у різних культурах.

10) Чи є різниця між статтю та «звичайним самовідчуттям тіла» протягом останнього півроку?

З соціологічної точки зору, існує багато факторів, які можуть впливати на самосприйняття чоловіками та жінками власної тілесності. До них належать гендерні ролі, культурні очікування, система виховання, процеси соціалізації та інше. Важливо зрозуміти, як ці впливи формують почуття ідентичності, щоб краще зрозуміти, чому самосприйняття може відрізнитися між статями.

Гендерні ролі традиційно визначаються суспільством як окремі набори моделей поведінки та образів, що очікуються від кожної статі (чоловіки більш сильні, вольові, міцні, а жінки – більшою мірою слабкі, тендітні, чутливі, м'які). Тому важливо в межах дослідження також поглянути, чи існують відмінності у

звичному самовідчутті тіла протягом останнього півроку в залежності від статі та за умов війни, яка розпочалась у лютому 2022 року.

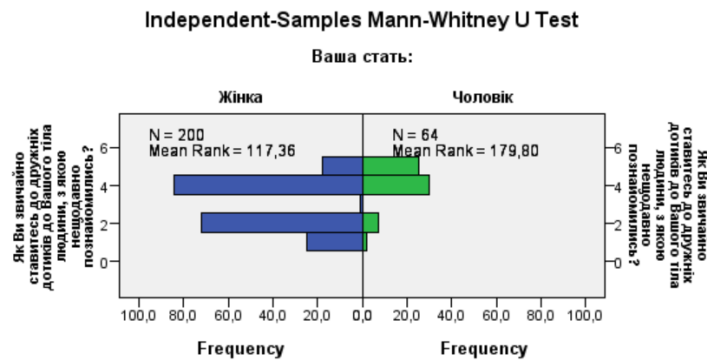
Тестування цього припущення підтвердило існування статистично значущої різниці між самопочуттям тіла протягом останнього півроку відносно наступних категорій: активне, бадьоре, відкрите, динамічне, м'яке, радісне. Для категорій: тепле, розслаблене, живе, чутливе, збуджене, легке не було знайдено статистично значущої різниці.

Із отриманих даних видно, що чоловіки відчували своє тіло, як більш активне, бадьоре, відкрите, динамічне, що, ймовірно, можна пояснити подіями в Україні, які торкнулися всіх українців і особливо чоловіків. Багато хто з них, вступивши до ЗСУ або територіальної оборони, відчули себе значущими, залученими та мотивованими допомагати перемозі України у цій війні. В той час, як жінки відчували своє тіло більш «м'яким» (*Додаток 31*), що можна пояснити розгубленістю, втомою та занадто великим стресом, який довелося переживати жінкам при евакуації з України чи пошуку більш безпечного місця для себе та своєї родини.

11) Чи є різниця між ставленням до дружніх дотиків та віком/статтю?

Результати опитування показали, що не існує статистичного зв'язку між віком та ставленням до дружнього дотику. Цей висновок свідчить про те, що люди різного віку мають схожі погляди на цю тему, незалежно від того, що вони належать до різних поколінь. Однак щодо статі – отримано інші результати: чоловіки частіше ставляться до дружніх дотиків позитивно, ніж жінки (*Рисунок №9*). Це є цікавим, через те, що, можливо, буде коректним стверджувати, що культура обіймів серед чоловіків уходить коріннями у більш давню історію. Жінкам же більш властиво імітувати поцілунки дотиком щік лише у випадку близьких відносин та просто вітати один одну вербально, якщо контакт є більш поверхневим.

Рисунок №9. Результати аналізу припущення: існує різниця між ставленням до дружніх дотиків та статтю респондента



Загалом, навіть враховуючи різницю у виборці (200 жінок та 64 чоловіка) її результати свідчать про цікаві гендерні відмінності у ставленні до дружності через фізичний контакт. Однак, передчасно робити остаточні висновки на основі цих результатів, оскільки на таку поведінку можуть впливати й інші фактори (наприклад, особистісні риси, виховання, сексуальні вподобання тощо).

12) Чи є зв'язок між оцінкою параметрів власного тіла («Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла?») та рівнем тілесності?

Цікаво й важливо дослідити, чи існує зв'язок між самооцінкою рівня тілесності респондента та його/її оцінкою власних параметрів і частин тіла (з яких, власне кажучи, великою мірою й залежить відчуття власного тіла). Для того, щоб дослідити цей феномен, було протестовано ряд припущень щодо потенційного зв'язку між рівнем тілесності та самооцінкою наступних параметрів: волосся, вираз обличчя, очі, губи, доглянутість та здоровість шкіри, наявність макіяжу, манікюру, педикюру; гармонійність, злагодженість та плавність фізичних рухів, пропорції тіла, груди/торс, форма рук, живіт/талія, сідниці, ноги, стильність одягу, спортивний вигляд, вага, зріст.

Вважається, що оцінка власної тілесності тісно пов'язана з тим, як людина оцінює свої суто зовнішні характеристики (зачіску або стиль одягу). Однак, з результатів аналізу стає очевидним, що це не так. Насправді, виявляється, що

оцінка респондентом власної тілесності немає жодної кореляції з тим, як він сприймає своє волосся чи одяг. При цьому виявляються інші параметри, які стають важливими для формування думки про власну тілесність. Найбільший зв'язок мають: «гармонійність, злагодженість та плавність фізичних рухів» (Spearman's rho = 0.348**), «пропорції тіла» (Spearman's rho = 0.286**), «живіт/талія» (Spearman's rho = 0.283**), а найменший вплив на формування власної думки мають такі показники, як: «наявність макіяжу, манікюру, педикюру» (Spearman's rho = 0.126*), «губи» (Spearman's rho = 0.129*) та «зріст» (Spearman's rho = 0.139**) (Додаток 32).

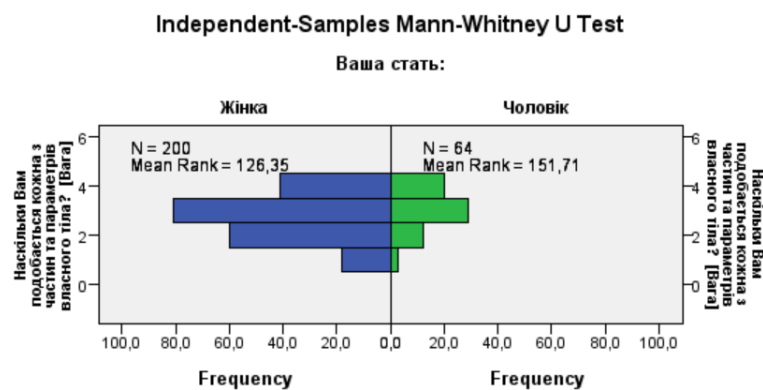
Отже наведені дані демонструють, що гармонія, узгодженість і плавність рухів відіграють ключову роль при оцінці власної тілесності. Вони ніби відображають баланс між тілом і розумом. В той час як сприйняття візуальних фізичних особливостей, таких як зріст, губи та наявність макіяжу, не має статистичного зв'язку з оцінкою власної тілесності. Це означає, що те, як людина відчуває своє тіло, не обов'язково відповідає тому, що бачать інші, якщо вони дивляться «з боку» та оцінюють лише картинку. Іншими словами, позитивне самосприйняття свого тіла, скоріше не залежить від характеристик, які рекламні кампанії, переслідуючи свої інтереси, вважають вкрай необхідними (макіяж, укладка волосся, манікюр та ін.) або непривабливими (індивідуальні параметри частин тіла тощо). Ця концепція в останні десятиріччя набирає обертів (не без впливу феміністичних рухів), стає все більш розповсюдженою та відома під назвою бодіпозитивність.

13) Чи є різниця між оцінкою параметрів власного тіла та статтю?

Порівнювальна цінка параметрів тіла та ґендеру є складною темою, яка вивчається в галузі соціології протягом багатьох років. Тестування наступних параметрів тіла: волосся; вираз обличчя; очі; губи; доглянутість та здоровість шкіри; наявність макіяжу, манікюру, педикюру; гармонійність, злагодженість та плавність фізичних рухів; пропорції тіла; груди/торс; форма рук; живіт/талія; сідниці; ноги; стильність одягу; спортивний вигляд; вага; зріст продемонструвало, що статистично значуща відмінність між статтю існує лише

щодо категорії «вага» (Рисунок №10). Результати продемонстрували, що чоловіки більш задоволені власною вагою, якою б вона не була, на відмінну від жінок, які в більшості своїй прагнуть схуднути, щоб відповідати заданим рекламою параметрам.

Рисунок №10. Результати аналізу припущення: існує різниця задоволенням власними параметрами тіла (Вага) та статтю респондента



Цей феномен можна пояснити через соціологічну призму, оскільки існує кілька рушійних факторів, що зумовлюють таку гендерну нерівність. Перш за все, засоби масової інформації відіграють величезну роль у диктуванні соціальних стандартів краси для обох статей, однак ці стандарти часто кардинально відрізняються. Жінки, як правило, стикаються з більшим тиском щодо підтримання ідеального типу тіла, ніж чоловіки. Жінки частіше «повинні» дотримуватися набагато вужчого діапазону допустимих вагових та розмірних параметрів (рух бодіпозитивістів все ще не має такого впливу, щоб повністю нівелювати соціально прийнятні стандарти та очікування), перебуваючи під постійним «бомбардуванням» зображеннями струнких фігур в журналах, на TV та в соціальних мережах. З іншого боку, чоловічі типи статури історично вважалися менш жорстко визначеними через традиційні чоловічі ідеали, такі як сила та атлетизм, які не обов'язково вимагають надзвичайної худорлявості або мускулистості для схвалення суспільством в цілому. Як наслідок, цілком логічно, що жінки будуть демонструвати більший рівень власної незадоволеності своєю вагою.

14) Чи є зв'язок між відповідністю власним уявленням щодо тілесності та самосприйняттям рівня тілесності?

Важливо розуміти зв'язок між тим, як люди оцінюють власну відповідність уявленню про тілесно привабливу людину, і тим, як вони сприймають власну тілесність - самосприйняттям. Прийшовши до розуміння такого зв'язку, можливо краще оцінити вплив суспільних очікувань на образ тіла та самооцінку людей (*Додаток 33*).

Результати демонструють, що існує зв'язок між тим, наскільки респондент оцінює відповідність свого уявлення про тілесно привабливу людину та рівнем тілесності. Найсильніший зв'язок має параметр [Тілесна чутливість] – (Spearman's rho = 0.410**). Тобто чим вище респондент оцінює власну тілесну чутливість, тим вище він оцінює свій рівень тілесності. Також важливими параметрами виявились: [Сексуальність] – (Spearman's rho = 0.334**) та [Граціозна постать] – (Spearman's rho = 0.331**). Це відображає думку про те, що респонденти, котрі задоволені власною сексуальністю та граціозністю постаті ладні частіше вище оцінювати власну тілесність, ніж інші респонденти. Найменш визначальними параметрами є [Стильний вигляд] – (Spearman's rho = 0.147*) та [Витривалість, дисциплінованість тіла] – (Spearman's rho = 0.334**). Іншими словами ці параметри лише слабо визначають зв'язок щодо оцінки власної тілесності.

15) Чи є різниця у тому, на що звертають увагу при знайомстві з новою людиною в залежності від статі?

Питання про те, чи є різниця в тому, на що люди звертають увагу при знайомстві з новою людиною залежно від статі, було предметом багатьох дискусій. З соціологічної точки зору, очевидно, що стать відіграє важливу роль у тому, як ми взаємодіємо один з одним, і може впливати на нашу поведінку по відношенню до тих, кого ми зустрічаємо вперше.

Результати тестування з цього питання підтверджують наявність статистично значущої відмінності в залежності від статі між тими

властивостями, на які звертають респонденти увагу при знайомстві з новою людиною *своєї статті*, рівень значущості = 0.009 (Додаток 33). Ці результати свідчать про те, що жінки частіше, ніж чоловіки, звертають увагу на «Власне відчуття симпатії чи антипатії до людини». При цьому, зберігається певна тенденція вибору опцій. Так найменш обрана альтернатива – це «Фізичний вигляд людини», а середній вибір – «Емоційний стан людини». Тобто коли людина зустрічає особу своєї статті, вона швидше за все не звертає увагу на її фізичний вигляд. Однак інша ситуація спостерігається, якщо зустрічається людина протилежної статті.

Тобто при знайомстві з новою людиною *протилежної статті* найбільш частий вибір залишається за опцією «Власне відчуття симпатії чи антипатії до людини». Проте, на другому місці по кількості вибору з'являється «Фізичний вигляд людини». Загалом результати підтверджують наявність статистично значущої відмінності між тим, на що звертають респонденти увагу при знайомстві з новою людиною протилежної статті (рівень значущості = 0.028): чоловіки частіше звертають увагу на «Фізичний вигляд», в той час як жінки частіше звертають увагу на «Власне відчуття симпатії чи антипатії до людини» (Додаток 34).

16) Чи є зв'язок між регулярністю тілесних практик та рівнем тілесності?

Регулярність тілесних практик та оцінка власної тілесності тісно пов'язані між собою. Регулярна фізична активність, така як фізичні вправи або йога, може допомогти покращити усвідомлення власного тіла та самосприйняття, а також забезпечити численні переваги для здоров'я. Крім того, регулярні практики тілесності можуть допомогти поліпшити емоційний та психічний стан, а також сприяти саморефлексії та самоусвідомленню. Зрештою, залучення до регулярних тілесних практик може призвести до кращого розуміння та оцінки власної тілесності.

Отже, із підрахунків, які зроблені на підставі даних дослідження, стає очевидним, що статистично значущою є категорія: [Ніколи] – (Spearman's rho = -0.179**), тобто відсутність тілесних практик має негативний зв'язок з оцінкою тілесності. В той час як категорії [1 раз/тиждень] – (Spearman's rho = 0.124**) та [Кожен день] – (Spearman's rho = 0.125**) мають позитивний зв'язок з оцінкою власної тілесності (*Додаток 35*). Отже, методами статистичного аналізу вдалося підтвердити гіпотетично очікувану думку про те, що респонденти, що не займаються тілесними практиками частіше вважають себе менш тілесними, ніж ті, що ними займаються. Цікавим виявилось те, що категорії – «кожен день» та «1 раз/тиждень» мають майже ідентичний зв'язок. Це свідчить про те, що навіть займаючись один раз на тиждень тілесними практиками респонденти вважають себе більш тілесними, на відміну від тих, хто взагалі не займається своїм тілом.

17) Чи є зв'язок між регулярністю тілесних практик та «задоволенням власними частинами та параметрами тіла»?

Важливим є питання про те, чи існує зв'язок між регулярністю занять тілесними практиками та задоволеністю власними частинами і параметрами тіла. Загалом фізична активність та інші види практик по догляду за тілом можуть позитивно впливати на ступень задоволеності тілом. Наприклад, практика усвідомленого харчування або розвиток здорових харчових звичок можуть допомогти людям відчувати себе більш впевнено щодо того, як вони виглядають, що, в свою чергу, забезпечує їм можливість досягти бажаних цілей щодо ваги або покращити м'язовий тонус (безпечно та поступово, не покладаючись на екстремальні методи дієти, які часто призводять до нездорових результатів у довгостроковій перспективі).

Проте, за результатами аналізу (*Додаток 36*) виявилось, що відсутність регулярних тілесних практик у житті респондента дійсно негативно впливає на його самосприйняття – на те, наскільки йому подобаються кожна з частин та

параметрів власного тіла. Так, наприклад, негативний зв'язок зафіксований для наступних частин/параметрів тіла:

- Вираз обличчя – Spearman's rho = -0.130*
- Доглянутість та здоровість шкіри – Spearman's rho = -0.183**
- Пропорції тіла – Spearman's rho = -0.167**
- Груді/торс – Spearman's rho = -0.153**
- Живіт/талія – Spearman's rho = -0.165**
- Сідниці – Spearman's rho = -0.183**
- Спортивний вигляд – Spearman's rho = -0.282**

Тобто, якщо жителі міст, в яких проводилось опитування, не займаються тілесними практиками вони схильні нижче оцінювати вище перелічені параметри (які їм або просто не подобаються у собі, або викликають прагнення до удосконалення). Також варто врахувати попередні висновки щодо залежності регулярності тілесних практик та оцінки власної тілесності. Результати свідчили про те, що неважливо чи кожен день займається респондент тілесними практиками чи лише раз на тиждень, значення має сам факт заняття тілесними практиками, який позитивно відображається як на сприйнятті тілесності, так і тому, наскільки подобається кожна з частин та параметрів власного тіла.

Наприклад, якщо респондент приділяє своєму тілу увагу 2-3 рази на тиждень, то йому більше подобаються «власні пропорції тіла» (Spearman's rho = 0.185**), «живіт/талія» (Spearman's rho = 0.129**) та свій «спортивний вигляд» (Spearman's rho = 0.213**). Цікавим також є те, що якщо респондент займається тілесними практиками кожен день, то він починає позитивно ставитись до таких частин тіла, як: «очі» (Spearman's rho = 0.203**) та «губи» (Spearman's rho = 0.132**). Отже, можна зробити таке припущення: чим регулярніше людина приділяє увагу своїй тілесності, тим більш деталізовано вона сприймає своє тіло, а тілесні практики дозволяють їй переосмислити власні тілесність та привабливість.

18) Чи відрізняються причини «Заради чого займається респондент тілесними практиками?» в залежності від статі респондента?

Питання про те, чому респондент вдається до певних тілесних практик, тісно пов'язане з гендером. Цей зв'язок можна простежити через культурні норми, соціальні очікування та особиста ідентичність – параметри, які відіграють певну роль у виборі тілесних практик.

Респондентам було запропоновано оцінити ряд причин (мотиваційних факторів), які спонукають їх займатися тілесними практиками:

- Хочу бути здоровим
- Хочу відчувати себе молодим
- Хочу бути сучасним
- Все моє оточення так робить, не хочу відставати
- Хочу досягти власних очікувань щодо привабливості свого тіла
- Заради впливу на свій внутрішній емоційний стан
- Так я відчуваю себе більш сексуальним
- Мені подобається сам процес
- Хочу мати спортивне, сильне, витривале тіло
- Мені подобається дізнаватись нове про можливості та обмеження власного тіла
- Це допомагає концентрації уваги
- Це підіймає мені настрій

Для тестування цього припущення та вивчення зв'язку між параметром «Заради чого займається респондент тілесними практиками» та статтю було використано критерій χ^2 -квадрат. Цей вид статистичного аналізу забезпечує ефективний спосіб порівняння двох категоріальних змінних та визначення наявності зв'язку або кореляції між ними.

Тестування продемонструвало, що не всі змінні мають статистично значущий зв'язок, а деякі змінні не відповідали умовам застосування

статистичного аналізу (через що не вдалося оцінити різницю). Загалом була знайдена лише одна статистично значуща різниця з відповіддю «Мені подобається дізнаватись нове про можливості та обмеження власного тіла». Виявилось, що жінки частіше обирали варіант, що це не зовсім так (*Додаток 37*), при цьому, для всіх інших відповідей не було виявлено статистично значущої різниці між статтю та мотиваційними факторами.

19) Чи існує зв'язок «Заради чого займається респондент тілесними практиками» та віком респондента?

Питання про те, чи існує зв'язок між віком респондента і тим, чому він вдається до тілесних практик, обговорюється вже давно й багатьма спеціалістами, і хоча дехто стверджує, що однозначної відповіді немає, була зроблена спроба виявити такий зв'язок.

Отже, можна зафіксувати наступні результати наявності зв'язку між віком респондента та причинами, заради чого він займається тілесними практиками:

- Хочу відчувати себе молодим – Spearman's rho = 0.125*
- Хочу досягти власних очікувань щодо привабливості свого тіла – Spearman's rho = -0.174**
- Хочу мати спортивне, сильне, витривале тіло – Spearman's rho = -0.141* (*Додаток 38*)

Тобто зі збільшенням віку респонденти займаються тілесними практиками у сподіванні відчувати себе молодими, що звучить доволі логічно, адже кожна людина бажає зберегти з віком своє здоров'я та свою молодість. При цьому негативний зв'язок у дорослих людей спостерігається по параметру «досягнення власних очікувань щодо привабливості свого тіла» та «хочу мати спортивне, сильне, витривале тіло». Таким чином, зазначені причини є більш важливими для молодих респондентів, ніж для опитаних старшого покоління.

20) Чи відрізняються супутні інтереси під час тілесних практик відносно статі?

Супутні інтереси в опитувальнику «Тілесність» були репрезентовані наступними альтернативами:

- Спілкування
- Нові знайомства
- Флірт
- Бізнес-нетворкінг (спілкування та побудова бізнес-зв'язків)
- Естетичне милування красивими спортивними тілами навколо себе
- Інше

Для тестування цього припущення було використано коефіцієнт ϕ та V -критерій Крамера, що є різновидом тестів перевірки гіпотез для дихотомічних змінних. Адже маємо змінну «стать» (дихотомічна) та змінну «супутні інтереси», де респондент мав варіанти «так» або «ні». Загалом було отримано наступні результати: всі змінні, окрім змінної «флірт», не мали статистично значущої відмінності в залежності від статі респондента (*Додаток 39*). Цікаво, що для чоловіків саме флірт визначається супутнім додатковим інтересом під час тілесних практик.

21) Чи відрізняються частини тіла, яким респонденти приділяють увагу під час заняття тілесними практиками, в залежності від статі респондента?

Не виключено, що частини тіла, на які респонденти звертають увагу при залученні до тілесних практик, можуть відрізнятися залежно від статі респондента. В рамках дослідження опитувальником було передбачено наступні альтернативи, яким людина найчастіше схильна приділяти увагу під час практик тілесності: обличчя, руки, груди/торс, спина, живіт/талія, ноги, сідниці та шкіра. Наведені альтернативи були знову розбиті на дихотомічні («так» та «ні») та застосовані коефіцієнти ϕ та V -критерій Крамера для дослідження гендерних відмінностей. Значуща статистична відмінність характерна для:

- Обличчя – $\Phi = -0.341^{**}$

- Рукам – $\Phi = 0.295^{**}$
- Грудям/торсу – $\Phi = 0.419^{**}$
- Живіт/талія – $\Phi = -0.149^{**}$
- Сідниці – $\Phi = -0.274^{**}$
- Шкірі – $\Phi = -0.314^{**}$ (Додаток 40)

Жінки та чоловіки мають різні пріоритети, коли справа доходить до тілесних практик. Жінки, як правило, приділяють більше уваги своєму обличчю, животу/талії, сідницям та шкірі під час занять тілесними практиками, такими як фізичні вправи або косметичні процедури. Це пов'язано з тим, що ці області часто розглядаються як найбільш важливі для зовнішнього вигляду та загального стану здоров'я жінки. З іншого боку, чоловіки, як правило, зосереджуються на руках і грудях/торсу під час тілесних практик через соціальні стандарти маскулінності, які підкреслюють силу та мужність в цих частинах тіла.

Висновки до розділу III

В результаті проведеного дослідження було отримано багато цікавої інформації щодо уявлень міських жителів про тілесність, визначені практики тілесності, які ними застосовуються, а також встановлені існуючі зв'язки між соціально-демографічними характеристиками респондентів та щоденними практиками піклування про власну тілесність.

Розроблений інструментарій, програма дослідження, що була реалізована, та проведений аналіз результатів дозволили зробити наступні висновки:

1. Найбільший вплив на уявлення про тілесність респонденти зазнали від батьків та родичів, а також від ровесників та друзів; при цьому результати кореляційного аналізу (із застосуванням коефіцієнту кореляції Спірмена) продемонстрували, що статистично значущий зв'язок є між рівнем

тілесності (самооцінка) та впливом вчителів та викладачів на формування підліткових уявлень про тіло.

2. Виявилось, що найчастіше до 18 років респонденти (середній вік опитаних склав 36 років) займались: танцями, плаванням, бойовими видами мистецтв, катанням на скейті/роликах та велосипеді, грою у волейбол, баскетбол та бігом. Отже, саме ці види спорту та тілесної активності формували погляди на тілесність залучених респондентів.
3. Основними словами, якими респонденти описали категорію «тілесність», виявились: тіло, відчуття, свого, відчуває, нерозуміння, власні, можливість, фізичні. Зазначені слова, хоч і виглядають простими та часто використовуються людьми в буденному житті, реалістично та розумно описують саме категорію «тілесності» для звичайної людини.
4. Для опису власного тіла за допомогою метафори (були запропоновані обмежені відповіді) респонденти найчастіше обирали відповідь «Інструмент для самопізнання» та «Ресурс». Такі результати можна інтерпретувати наступним чином: опитані усвідомлюють важливість власної тілесності для пізнання себе та світу, невід'ємною частиною якого вони є, а також схильні використовувати власне тіло для досягнення своїх цілей і задач.

При цьому, віковий зріз виявив, що із досягненням піку професійної та соціальної активності (26-35 років) тіло відчувається як «ресурс» та «інструмент для перетворення дійсності», в той же час найменше сприймається як «образ» та «обтяжлива необхідність». А от тіло, як «простір для різноманітних переживань», поступово відкривається для людини з віком.

5. Респонденти вважають людину тілесною, якщо вона має загальний здоровий вигляд, вміє прислухатися до потреб власного тіла, розуміє зв'язок між емоціями та фізичними проявами тіла, може легко оперувати власним тілом задля досягнення своїх цілей та приділяє багато уваги турботі про здоров'я. Такий обміркований та свідомий вибір відповідей респондентами свідчить про не завжди стандартне, але глибоке та різнобічне розуміння тілесності,

включеної у соціальні аспекти буття, а також підкреслює чотири ключових властивості тілесної людини, визначені дослідженням: фізичне володіння тілом (управління, контроль), зв'язок емоцій із тілесними проявами (гармонію та взаємовплив зовнішнього та внутрішнього), піклування про здоров'я та використання тіла задля досягнення широкого спектру власних бажань та цілей.

6. Респонденти, які приймали участь в опитуванні, вважають, що своєму уявленню про тілесно привабливу людину найбільше відповідають по параметрам «сексуальність» та «тілесна чутливість» (за цими критеріями вони оцінили себе найвище).
7. Найбільше міські жителі задоволені своїми губами, очима та зростом, а найменше – спортивним виглядом, животом/талією та вагою. У гендерному розрізі увагу привертає той факт, що чоловіки більш, ніж жінки, задоволені своїми сідницями, ногами, вагою, спортивним виглядом, губами, очима та волоссям.
8. Встановлено, що обличчя, очі та руки є значимими у людини протилежної статі (слід нагадати, що більшу частину вибірки складають жінки), а обличчя, очі, волосся та фігура привертають увагу особистостей своєї статі.
9. Респонденти вважають, що зовнішній вигляд має вплив на інші сфери життя, зокрема: «Сексуальні зв'язки та можливість отримувати задоволення від власного тіла та життя загалом» та «Соціальні та професійні можливості для самореалізації». Найменший вплив, на думку респондентів, приваблива зовнішність має на здатність навчатись.
10. Перша трійка тілесних практик, якими займаються респонденти, складається з: прогулянок пішки, розмірковуванням над обраною задачею та читанням книг. Найменше як регулярні тілесні практики респонденти обирають: застосування досягнень естетичної медицини, TRX та ігрові види спорту. Серед активних практик тілесності важливе місце посідають секс та йога.
11. Серед мотиваційних факторів, які спонукають респондентів до тілесних практик, виявились: здоров'я, вплив на внутрішній емоційний стан та можливість відчувати себе більш сексуальним.

12. Найбільшій увазі при тілесних практиках (при заданому наборі відповідей) підлягають «живіт/талія», «ноги», «спина» та «сідниці».
13. Війна в Україні сильно вплинула на тілесні практики міських жителів: 48% зазначили, що приділяють менше уваги піклуванню про власну тілесність; така тенденція виявлена для жителів міста Харків (на відміну від мешканців Києва, які з часом та зміною ситуації в місті, стали приділяти більше уваги своєму тілу). Гендерний зріз показав, що жінки стали менше, ніж чоловіки, займатись практиками тілесності.
14. Результати факторного аналізу відповідей на запитання «З якою регулярністю Ви займаєтесь прийнятними для себе тілесними практиками?» дали змогу побачити 7 груп тілесних практик міських жителів, які були названі наступним чином:
- 1) зовнішньо-орієнтовані;
 - 2) внутрішньо-спрямовані;
 - 3) умовно-терапевтичні;
 - 4) інтелектуальні;
 - 5) косметичні;
 - 6) ігрові;
 - 7) інтимні.
15. Особи, які більше переконанні в тому, що людське тіло – це «образ», схильні більше займатися йогою, танцями, вивченням нової мови та масажем тіла.
16. Особи, які мають сильніше переконання, що людське тіло є «простором для різноманітних переживань», схильні більше займатися плаванням, практиками естетичної медицини та фізіотерапією/реабілітацією.
17. Кластерний аналіз для блоку запитань щодо тілесного досвіду, показав, що важливими показниками для формування одного кластеру виявились: йога, медитації, секс, масаж, ванни, СПА та танці. Отримані результати кластерного аналізу дозволили сформуванню групи (кластер), до якої відносяться респонденти, що практикують зараз йогу, медитації, секс, масаж, ванни та СПА, але не відвідують танці. Серед соціально-демографічних характеристик статистично значущим параметром, який

обумовлює приналежність до цього кластеру, виявився «дохід» респондента. Тобто, чим більший дохід людини, тим ймовірніше вона належить до цього кластера, що означає, що вона, з більшою вірогідністю, практикує такі тілесні практики, як йога, медитація, сексуальні розваги, масаж, ванни та СПА (але не відвідує танці). І, навпаки, чим нижчий дохід респондентів, тим більша ймовірність, що людина не практикує зазначені практики тілесності.

- 18.Результати демонструють, що тілесні практики на регулярній основі дають можливість респондентам відчувати себе більш здоровими, сексуальними та стильними.
- 19.Люди, які займаються тілесними практиками, як правило, мають більш позитивне сприйняття власного тілесного "я", ніж ті, хто не займається такою діяльністю. Також встановлено, що ті, хто не займаються тілесними практикам частіше вважають себе менш тілесними, ніж ті, що ними займаються.
- 20.Неодружені респонденти частіше вважають себе більш тілесним/тілесною, ніж одружені респонденти.
- 21.Особи, які не мають дітей, на відміну від тих, хто має неповнолітніх дітей, які проживають з ними, як правило, більш усвідомлюють власну тілесність та вважають себе більш тілесними.
- 22.Результати демонструють, що чим більше вік респондентів тим сильніше вони вважають важливими наступні характеристики «тілесної» людини: красива зовнішність, навички масажу та дотримання трендів ЗОЖ.
- 23.Виявилось, що на оцінку респондентом власної тілесності вплив мають: «гармонійність, злагодженість та плавність фізичних рухів», «пропорції тіла», «живіт/талія»; а найменший вплив на формування власної думки мають такі показники, як: «наявність макіяжу, манікюру, педикюру», «губи» та «зріст».
- 24.Чоловіки більш задоволені власною вагою, якою б вона не була, на відміну від жінок.

25. Чим вище респондент оцінює власну тілесну чутливість, тим вище він оцінює свій рівень тілесності. Також важливими параметрами виявились сексуальність та граціозна постать.
26. Якщо респондент приділяє своєму тілу увагу 2-3 рази на тиждень, то йому більше, ніж тим, хто не практикує, подобаються «власні пропорції тіла», «живіт/талія» та свій «спортивний вигляд».
27. Зі збільшенням віку респонденти займаються тілесними практиками у сподіванні відчутти себе більш молодшими. При цьому негативний зв'язок у дорослих людей спостерігається по параметру «досягнення власних очікувань щодо привабливості свого тіла» та «хочу мати спортивне, сильне, витривале тіло».
28. Жінки під час занять тілесними практиками, як правило, приділяють більше уваги своєму обличчю, животу/талії, сідницям та шкірі, в той час, як чоловіки зосереджуються на руках і грудях/торсі.

Отримані результати, з одного боку, перевищили очікування від даного дослідження, однак, слід зазначити, що в рамках опитувальника «Тілесність» не було поставлене завдання щодо дослідження перепон та обмежень, які утримують людину від тілесних практик, а також, в повній мірі, не було приділено уваги поглядам міських жителів на фізичне, емоційне та ментальне здоров'я.

ВИСНОВКИ

Крізь роки та епохи існують теми, які постійно привертають до себе увагу, набувають нових відтінків та властивостей, викликають суперечки та розбіжності у трактуванні, сприяють створенню нових світоглядних концепцій та змінюють уявлення людства на світобудову. Серед таких вічних тем, на рівні із «душею», «коханням», «справедливістю», «психікою» та «свідомістю», безумовно, гідне місце посідає тема тілесності, а також, власне, тіло людини, як уособлення вічно присутнього та незмінного, проте постійно приймаючого участь у найвеличніших трансформаціях суспільного устрою.

Аналіз напрацювань дослідників та концептуалізація теоретичних засад для визначення соціологічної інтерпретації тілесності підтверджують тезу про те, що поняття тілесності може набувати різних рис в залежності від підходу, дискурсу чи призми сприйняття, через які відбувається спроба осмислення даної категорії.

Зокрема, в рамках даної роботи зацікавленість викликають, насамперед, соціальні аспекти теми людської тілесності, та практик тілесності, які застосовують міські жителі. Межі тіла жителя великого міста на перший погляд можуть бути сприйняті, як обмежені фізичною оболонкою, проте, насправді, такими не є. Простір тіла, яким оперує людина соціальна, включає в себе в рамках дихотомічного погляду внутрішнє і зовнішнє – соціально та культурно обумовлене. Внутрішній тілесний простір має анатомічну основу, але не вичерпується нею. Так самовідчуття власного тіла, яке народжується зсередини, провокує індивідуальні та специфічні переживання, стимулює бажання та фантазії людини, формує її самосприйняття та відношення до власної тілесності. В той час, як зовнішній тілесний простір прокладає собі шлях назовні, визначає реакцію оточуючих, перетворює доступну реальність, взаємодіє з навколишнім світом, ускладнює його та, через зворотній зв'язок від нього, знов таки змінює погляд на тілесність, що відчувається людиною зсередини. Зрештою, тілесність пов'язана з культурно-історичним простором

людського буття та відображає, як дзеркало, всі перегини та екзистенційні труднощі, з якими стикається людство на кожному етапі свого розвитку. Такий погляд на формування та розвиток тілесності відповідає міждисциплінарному підходу до вивчення даної теми, та намагається врахувати передумови та наслідки великої кількості соціальних впливів та людське тіло.

Проблематикою соціальних аспектів тілесності, яка охоплює досить широкий спектр людського буття, в останні десятиліття займались видатні представники наукового співтовариства, серед яких варто згадати Е. Гуссерля, М. Мерло-Понті, Ж-Л. Нансі (представники феноменологічного підходу); Мішеля Фуко, Жана Бодрійяра (відомі постструктуралісти); Н. Еліаса, П. Бурдьє, Е. Гідденса, К. Шиллінга (виразники інтегративної перспективи) та українських дослідників тілесності – О. Гомілко, А. Возний, А. Мельніков, О. Муху, Н. Доній, Т. Бурейчак та К. Настоящу. Напрацювання та розробки зазначених дослідників розкривають багатогранність та глибину категорії тілесності, при цьому залишаючи простір для подальшого пошуку та критичного осмислення тілесності міського жителя в українських реаліях сьогодення.

Шляхом для реалізації людської тілесності являються різноманітні тілесні практики мешканців великого міста, які завжди знаходяться в системі соціокультурних детермінант, до яких можна віднести: соціальні інститути влади, інститути виховання та освіти, політичні режими та культурні особливості. Наслідки індустріалізації та технічного прогресу, екологічні зсуви, процеси урбанізації та глобалізації, перевантаження інформаційними потоками, постмодерністські тенденції та життя в культурі «постправди», стимулюють зріст ризиків для фізичного та психічного здоров'я людини, продукують появу нового погляду на тілесність та, як наслідок, породжують нові, актуальні для теперішніх часів, практики тілесності.

В рамках даної роботи практики тілесності були віднесені до особистісного рівня та визначені, як широкий спектр певних дій та маніпуляцій з тілом. Такі практики спрямовані на розвиток та поглиблення почуттів по

відношенню до власного тіла та рефлексії переживань, що народжуються в ньому, методики догляду за тілом, експериментальні перетворення або з метою виявлення кордонів можливостей тіла та пізнання себе, або заради фізичного, емоційного, ментального та духовного розвитку.

Як результат проведеної роботи по аналізу теоретичних засад практик тілесності у наукових працях різних дослідників з даної теми було запропоноване нове групування щоденних тілесних практик, які є актуальними для сучасної людини – мешканця великого міста. Різноманітні відомі та затребувані сьогодні види тілесних практик були об'єднані за наступними напрямками:

1) спортивні або фізкультурні: ігрові види спорту, TRX, фітнес, велосипед, танці, постуральна йога, біг, плавання тощо;

2) естетичні або практики прикрашання: манікюр, педикюр, косметологічний догляд (креми, маски, масаж обличчя та ін.), татуаж, пірсинг, робота зі стилем одягу тощо;

3) профілактично-оздоровчі: кліматотерапія, закаливання, фізіотерапія, реабілітація, прогулянки пішки, масаж, щорічний профілактичний медичний огляд, вживання медикаментів (вітаміни, біо-добавки тощо), очисні техніки (голодування, розвантажувальні дні, дієти, м'які техніки очищення печінки, нирок, клізмотерапія та ін.);

4) експериментальні: екстремальні види спорту, застосування досягнень естетичної медицини (ін'єкції, пластичні хірургія, підтягування шкіри, відновлення волосся та ін.), біоакінг-процедури та маніпуляції, пов'язані з хірургічною корекцією статі;

5) сексуальні: сексуальні та чуттєві практики по розвитку власної індивідуальної сексуальності;

б) інтелектуальні: читання книг, розмірковування над обраною задачею, гра в шахи, інтелектуальні ігри на логіку, медитації та вивчення нової іноземної мови.

Запропоновану систематизацію зазначених тілесних практик жителів великих міст варто вважати умовною та піддати в майбутньому додатковому критичному осмисленню, дослідженню та практичній апробації. При цьому слід наголосити, що виділення «інтелектуальних» тілесних практик в окремий напрямок є нововведенням в українській соціології тілесності, що може стати важливим кроком для подальшого поглиблення та наукового розвитку теми тілесності сучасної людини.

Розроблений дизайн та методологія кількісного соціологічного дослідження з метою виявлення уявлень міських жителів про тілесність, пошуку зв'язку між відношенням до тілесності, щоденними практиками та соціально-демографічними характеристиками дали цікаві та ґрунтовні результати. Серед важливих результатів, отриманих після проведення дослідження, обробки та аналізу даних, варто виділити наступні:

1. Результати факторного аналізу дали змогу виділити з використовуваних міськими жителями тілесних практик 7 груп, яким були надані наступні назви: 1) зовнішньо-орієнтовані; 2) внутрішньо-спрямовані; 3) умовно-терапевтичні; 4) інтелектуальні; 5) косметичні; 6) ігрові; 7) інтимні. Така систематизація в значній мірі відповідає теоретичним напрацюванням в рамках даної роботи, на підставі яких тілесні практики були згруповані у шість напрямків.
2. Кластерний аналіз для блоку запитань щодо тілесного досвіду, показав, що важливими показниками для формування одного кластеру виявились: йога, медитації, секс, масаж, ванни, СПА та танці. Отримані результати кластерного аналізу дозволили сформуувати групу (кластер), до якої відносяться респонденти, що практикують зараз йогу, медитації, секс, масаж, ванни та СПА, але не відвідують танці. Серед соціально-демографічних характеристик статистично значущим параметром, який

обумовлює приналежність до цього кластеру, виявився «дохід» респондента. Тобто, чим більший дохід людини, тим ймовірніше вона належить до цього кластера, що означає, що вона, з більшою вірогідністю, практикує такі тілесні практики, як йога, медитація, сексуальні розваги, масаж, ванни та СПА (але не відвідує танці). І, навпаки, чим нижчий дохід респондентів, тим більша ймовірність, що людина не практикує зазначені практики тілесності.

3. Кореляційний аналіз підтвердив припущення про те, що тілесні практики на регулярній основі дають можливість людині відчувати себе більш здоровою, сексуальною, стильною, витривалою та дисциплінованою, відкритою та тілесно чутливою, здатною привертати до себе увагу.
4. Респонденти, які приймали участь в опитуванні, вважають людину тілесною, якщо вона має здоровий вигляд, вміє прислухатися до потреб власного тіла, розуміє зв'язок між емоціями та фізичними проявами тіла, може легко оперувати власним тілом задля досягнення своїх цілей та приділяє багато уваги турботі про здоров'я. Такий обміркований та свідомий вибір відповідей свідчить про глибоке та різнобічне розуміння тілесності, включеної у соціальні аспекти буття, та підкреслює чотири ключових властивості тілесної людини, визначені дослідженням: фізичне володіння тілом (управління, контроль), зв'язок емоцій із тілесними проявами (гармонію та взаємовплив зовнішнього та внутрішнього), піклування про здоров'я та використання тіла задля досягнення широкого спектру власних бажань та цілей.
5. Серед провідних тілесних практик міських жителів опинились: прогулянки пішки, розмірковування над обраною задачею та читання книг. Найменше, як регулярні тілесні практики, респонденти обирають наступні: застосування досягнень естетичної медицини, TRX та ігрові види спорту. Серед активних практик тілесності важливе місце посідають секс та йога.
6. Серед мотиваційних факторів, які спонукають респондентів до тілесних практик, виявились: здоров'я, вплив на внутрішній емоційний стан та можливість відчувати себе більш сексуальним.

Зазначені результати слід віднести до значущих, проте не єдиних цікавих спостережень серед тих, що були отримані внаслідок глибинного аналізу даних дослідження та пошуку відповідей на дослідницькі завдання та припущення.

У спробі охопити більш комплексно та всебічно, отримані в ході дослідження результати, та не зменшити значущість кожної окремої знахідки, що була одержана під час аналізу припущень (проте вбачаючи в них, скоріше, розрізнені, хоч і цікаві, факти), можна констатувати наступне: тілесність – цінність для міського жителя, нова тілесність – інтелектуальна, а практики тілесності – це розкіш.

З одного боку, про це свідчать тілесні практики, які опинились винесеними респондентами на перший план як регулярні (прогулянки пішки, розміркування над обраною задачею та читання книг), а з другого – глибоке та обдумане розуміння ними значимих ознак та критеріїв тілесної людини, серед яких виявились обраними фізичне володіння тілом, зв'язок емоцій із тілесними проявами, піклування про здоров'я та використання тіла для реалізації широкого спектру власних бажань та досягнення обраних цілей.

Наведені вище відповіді респондентів підштовхують до розуміння того, що тілесність на даному етапі розвитку людства відчувається як важлива цінність, та осмислюється як більш складне поняття, ніж простий набір фізичних та наслідуваних антропологічних якостей, необхідних для боротьби за виживання та продовження існування людства.

Більш того, вплив тілесної людини на оточуючий світ наразі усвідомлюється нею як більш раціональний, виважений, інтелектуально обґрунтований, стратегічний (з урахуванням довгострокових наслідків) та відповідальний. Міський житель, в значній мірі, позбавлений необхідності постійно боротися за їжу, дах над головою та свободу самовираження, отримав простір та час, щоб зробити усвідомлений вибір у напрямку заглиблення у свою тілесність методами інтелектуального, рефлексивного та більш критичного самосприйняття. Зазначений вибір на користь проведення часу для розвитку

тілесності інтелектуальної (замість побутових справ, заробітку грошей, безглузлого проведення часу в соціальних мережах тощо) і є тією розкішшю, яку сучасна людина обирає для себе самотійно. Саме таким чином освічена, свідома та соціально активна особистість – міський житель, відтворює свій світогляд, де тілесність є значимою цінністю, та може бути корисною не тільки собі та своєму близькому оточенню, а й в цілому суспільстві, до якого вона належить.

Проведена дослідницька робота по визначенню та вивченню уявлень міських жителів про соціальні аспекти тілесності, аналіз зв'язку між відношенням до тілесності, щоденними практиками та соціально-демографічними характеристиками, в решті решт, підводить до висновку, що даний напрямок залишається багатим ґрунтом для повномасштабних досліджень та подальших напрацювань у галузі соціології тілесності та тілесних практик не тільки міських жителів, а й інших різноманітних верств населення.

Перелік використаних джерел

1. Агамбен Джордж. Нагота – М.: Грюндриссе, 2014. – С. 204.
2. Адо П'єр. Духовні вправи та антична філософія / Пер. з франц. за участю Воробйова. М.; СПб. Вид-во «Степовий вітер», 2005. – С. 448
3. Бодрійяр Ж. Общество потребления. Его мифы и структуры. М.: Республика; Культурная революция, 2006/ – С. 167.
4. Бодрійяр Ж. Символический обмен и смерть. М.: Добросвет, 2000., С. 216-217.
5. Бурейчак Т.С. Комодифіковане тіло: дискурси тілесності в українській рекламі // Вісник Львівського університету. Серія соціол. – Львів: ЛНУ ім. І. Франка. 2007. – Вип. 1. – С. 149–161.
6. Возний А.П. Тілесність людини як феномен розвитку фізичної культури. Філософія науки: традиції та інновації, 2014, № 2 (10). С. 113-122.
7. Гомілко О.Є. Феномен тілесності. Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня доктора філософських наук. Київ, 2007. – С. 37.
8. Гомілко О.Є. Феномен тілесності: дис. докт. філософ. наук: спец. 09.00.04 «Філософська антропологія, філософія культури»/ О. Гомілко. – К., 2007. С. 438.
9. Гофман І. Стигма: Нотатки про управління зіпсованою ідентичністю. Розділи 3-6. / Переклад М. Добрякова // Соціологічний форум, 2001. – С. 30.
10. Данилов Дмитро. Трансформація поняття «дг'яна» у вченні йоги. — К.: ДУХ І ЛІТЕРА, 2020. – С. 192.
11. Доній Н. Є. Феномен тілесного стайлінгу в сучасному соціальному просторі. ISSN 2312 2714 Вісник Дніпропетровського університету, 2014, Т. 22, Вип. 24 (2) Філософія.
12. Колярова А. О. Дисертація «Рефлексія тілесного досвіду як засіб самопроекування особистості», 2019. УДК 159.923.2, – С. 333.
13. Коннелл Рейвін. Гендер та влада. Суспільство, особистість та гендерна політика / Рейвін Коннелл; [авторіз. пров. з англ. Т. Барчунової; наук. ред.

- перекладу І. Тартаковська; підготовка російської версії приміток та бібліографії О. Єчевської]. - М.: Новий літературний огляд. – 2015. – С. 432.
14. Кузьменко О. Чи нові медіа впливають на ідентичність національних меншин? Українсько-польський контекст / Український Альманах. – Варшава, 2012. – С. 101-106.
15. Куценко О.Д. Суспільство нерівних. Класовий аналіз нерівностей в сучасному суспільстві: Спроби західної соціології. - Харків: Вид.центр Харк.ун-ту, 2000. – С. 316.
16. Люк Тернер, Metamodernist / Manifesto. Режим доступу <http://www.metamodernism.org/>
17. Марсель Габріель. Бути та мати. Новочеркаськ, 1994. – С. 11.
18. Медведєва Н. С. Проблема співвідношення тілесності і соціальності в людині і суспільстві / Н. С. Медведєва // Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата філософських наук за спеціальністю 09.00.03 соціальна філософія і філософія історії. Інститут філософії ім. Г. С. Сковороди НАН України. – Київ, 2005. С – 31 с.
19. Мельніков А. С. Екзистенціальна соціологія: проблема ідентифікації парадигмальної специфіки : монографія. Київ : Видавництво Ліра-К, 2022. – С. 362.
20. Мосаєв Ю. В. Відображення концепту «тілесність» у межах соціології постмодернізму. Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практики, 2013, вип. 58, УДК 316.613.
21. Муха О. Соціогуманітарні проблеми людини, № 5, 2010, УДК 236, С. 60-67.
22. Муха О. Трансформація людської тілесності у ХХІ сторіччі: на шляху до “тіла майбутнього”. Стаття у віснику «Соціогуманітарні проблеми людини», № 5, 2010, УДК 236, С. 60-67.
23. Муха О. Формати ставлення до власного тіла: парадокс духовності ХХ сторіччя // Наука. Релігія. Культура: збірник наукових статей. Донецьк, 2006. № 1. С. 141–146.
24. Нансі, Ж.-Л. Corpus / Ж.-Л. Нансі. – М. : Ad Marginem, 1999. – С. 255.
25. Настояща К.В. Трансформація повсякденних практик в системі формування

- новітніх стилів життя. Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня доктора соціологічних наук. Київ, 2021. – С. 33.
26. Пйонтковский В., Мажак І.М. Соціологія тіла як новий напрям соціології медицини. ВІСНИК ЛЬВІВ. УН-ТУ Сер. соціол. 2009. Вип. 3. С. 170–188
УДК 614.1+616-058.
27. Потапенко Я. Аналітика тілесності через призму досліджень специфіки становлення мережевого суспільства Режим доступу:
<http://oldconf.neasmo.org.ua/node/502>.
28. Потапенко Я. Концептуалізація гносеологічної категорії «тілесність» в сучасних культурно-антропологічних студіях. Режим доступу:
<http://ethnic.history.univ.kiev.ua/data/2013/40/articles/19.pdf>
29. Потапенко Я. Людська тілесність як фундаментальна категорія культурно-антропологічних студій / Я. Потапенко // Етнічна історія народів Європи. – 2010. – Вип. 39. – С. 11–16.
30. Потапенко Я. Осмислення людської тілесності у політичному дискурсі / Я. Потапенко // Політичний менеджмент. – 2011. - № 5. С. 35-42. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/ПоМе_2011_5_7
31. Сафронов А. Г. Йога: історія ідей та поглядів - Х.: ФОП Коваленко А. В. 2021. – С. 520.
32. Слотердайк, П. Критика цинического разума / П. Слотердайк. – Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2001. – С. 583.
33. Слотердайк П. Сферы. Плюральная сферология / П. Слотердайк. – СПб., 2010. – Т. 3 : Пена. С. 928.
34. Соціальні нерівності: сприйняття українським суспільством (заключний звіт). Соціологічна асоціація України. Харків-2018.
35. Уніфікований клінічний протокол первинної, вторинної (спеціалізованої) та третинної (високоспеціалізованої) медичної допомоги. Гендерна дисфорія, 2016. Наказ Міністерства охорони здоров'я України 15.09.2016 № 972 .
Режим доступу: https://www.dec.gov.ua/wp-content/uploads/2019/11/2016_972_ukpmd_gendysfor.pdf
36. Фуко Мішель. Воля до істини: по той бік знання, влади та сексуальності.

- Роботи різних років. Пров. з франц. - М.: Касталь, 1996. – С. 448.
- 37.Фуко М. Наглядати та карати. Народження в'язниці/Пер. із фр. В. Наумова за ред. І. Борисової. - М.: Ad Marginem, 1999. – С. 480.
- 38.Шевченко, З. В. (Уклад.). (2016). Словник гендерних термінів. Черкаси: видавець Чабаненко Ю. Режим доступу: <http://a-z-gender.net/ua/%D2%91enderna-disforiya.html>
- 39.Шилінг Кріс "Тіло і соціальної теорії" (друге видання), Пекінський університет Пресс, 2010.
- 40.Archer M., Bhaskar R., Colleir A., Lawson T. and Norrie A. Critical Realism: Essential Readings. – London: Routledge, 1998. – P. 784.
- 41.Aronson E., Wilson T.D., Akert R.M. Psychologia społeczna. Serce i umysł. Zysk i Spółka, Poznań, 1997. – P. 411.
- 42.Beck U., Beck-Gernsheim E. Individualization: Institutionalized Individualism and its Social and Political Consequences. London: SAGE Publications Ltd.2002. P.3
- 43.Bińczyk E. Nieklasyczna socjologia medycyny: praktyki medykalizacji jako praktyki władzy w ujęciu Michela Foucaulta, w: W stronę socjologii zdrowia, red. W. Piątkowski, A. Titkow, Wydawnictwo UMCS, Lublin, 2002, c. 186.
- 44.Bordo S. Bringing body to theory // Body and Flesh: A Philosophical Reader. Oxford: Blackwell. 1998. – P. 84–97.
- 45.Bordo S. Unbearable weight: Feminism, Western Culture, and the Body. Berkeley: University of California Press, Ltd, 1995. – P. 361.
- 46.Brook B. Feminist Perspectives on the Body. London and New York: Longman, 1999. – P. 183.
- 47.Bullington J. The Expression of the Psychosomatic Body from a Phenomenological Perspective. SpringerBriefs in Philosophy, DOI: 10.1007/978-94-007-6498-9_2© The Author(s) 2013.
- 48.Connell R. W. Masculinities, 2nd ed. Polity Press, 2006. – P. 77.
- 49.De Michelis E. A History of Modern Yoga: Patañjali and Western Esotericism / De Michelis E. — London: Oxford University Press., 2004. – P. 282.
- 50.Elias N. Przemiany obyczajów w cywilizacji Zachodu, Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa, 1980.

51. Featherstone M. The body in consumer culture. *The Body: Social Process and Cultural Theory*. Ed. by M. Featherstone, M. Hepworth, B.S. Turner. L.: Sage publications, 1991. P. 170–196. DOI: 10.4135/9781446280546.
52. Frank A. For a sociology of the body: an analytical review. *The Body: Social Process and Cultural Theory*. Ed. by M. Featherstone, M. Hepworth, B.S. Turner. 1991.
53. Giddens A. *Modernity and Self-Identity*. Cambridge: Polity Press 1991. – P. 201.
54. Giddens A. *Socjologia*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa, 2005. – P. 269.
55. Hoare Erin, Stavreski Bill, Garry L. Jennings and Bronwyn A. Kingwell, *Exploring Motivation and Barriers to Physical Activity among Active and Inactive Australian Adults*. 2017. Режим доступа <https://www.mdpi.com/2075-4663/5/3/47>
56. Howson A., Inglis D. The body in sociology: Tensions inside and outside sociological thought. *The Sociological Review*. 2001. No. 4. P. 297–317. DOI: 10.1111/1467-954x.00333.
57. Mauss M. *Socjologia i Antropologia*, Państwowe Wydawnictwo Naukowe, Warszawa, 1973. – P. 545–561.
58. Nettleton S. *Sociology of the Body*. *The Blackwell Companion to Medical Sociology*. Ed. by W.C. Cockerham. Malden, Oxford: Blackwell Publishers Ltd., 2001. P. 43–63. DOI: 10.1111/b.9781405122665.2004.00005.x
59. Nettleton S. *The Sociology of Health and Illness*, Polity Press, Cambridge, 1996. – P. 101–107.
60. Nettleton S., Watson J. *The Body in Everyday Life*. Introduction. *The Body in Everyday Life*. Ed. by S. Nettleton, J. Watson. London: Routledge, 1998. P. 1–23. P. 43–63 DOI: 10.4324/9780203006887 71.
61. O’Neill J. *Five bodies: The Human Shape of Modern Society*. Ithaca, NY: Cornell University Press, 1985. – P. 181.
62. Scott S., Morgan D. *Bodies in a Social Landscape*. *Body Matters: Essays on the Sociology of the Body*. Ed. by S. Scott, D. Morgan. L.: The Palmer Press, 1993. – P. 1–22.
63. Singleton Mark. *Yoga Body: The Origins of Modern Posture Practice*. Oxford

- University Press, Inc. 2010. – P. 330.
64. Shilling C. *The Body in Culture, Technology and Society*. London: SAGE Publications Ltd., 2005. – P. 57, 188.
65. Shilling C. *The Body and Social Theory*. 2nd ed. L.: SAGE Publications Ltd., 2003 [1993]. – P. 238.
66. Shilling C. *The Body and Social Theory*. Second Edition. London: SAGE Publications Ltd, 2003. – P. 188.
67. Stanislaw H. Czyz, Mariette Swanepoel, Makama A Monyeki, Sarah Moss. Relationship between body image and socio-economic status in South African adolescents: PAHL-study/. 2016. Режим доступу: https://www.researchgate.net/publication/301547287_Relationship_between_body_image_and_socio-economic_status_in_South_African_adolescents_PAHL-study
68. Turner B. *The Body and Society. Explorations in Social Theory*. 3rd ed. Los Angeles: SAGE Publications, 2008 [1984]. – P. 285.
69. Williams S.J., Bendelow G. *The Lived Body. Sociological Themes, Embodied Issues*. L.: Routledge, 1998. 272 p. DOI: 10.4324/9780203260241
70. Хмаринки тегів. Режим доступу: <https://wordart.com/create>
71. Контент аналіз слів із відповідей на відкриті запитання опитування. Режим доступу: <https://istio.com/text/analyz>

Додаток 1. Опитувальник «Тілесність»

Режим доступу для заповнення:

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSckTiEhNkW9ggcLEW6KvR0b2ID8wBEsFHETn0ExC8GjP6TMIA/viewform>

Вітаю!

Мене звати Станіслава Стефановська. Я студентка магістратури на факультеті соціології в Київському університеті імені Тараса Шевченка.

В рамках своєї кваліфікаційної роботи в університеті я проводжу дослідження щодо тілесності **серед жителів міста КИЄВА та ХАРКОВА (які проживали більше ніж півроку до війни чи проживають зараз)**. Прошу Вас приділити 20-25 хвилин цьому опитуванню та відповісти на запропоновані нижче запитання. Отримані з анкетування дані будуть підраховані методами статистичного аналізу.

Якщо Ви бажаєте ознайомитись зі звітом щодо отриманих даних, будь-ласка, залиште свою поштову адресу, я обов'язково надішлю його Вам.

У разі, якщо у Вас виникнуть запитання чи пропозиції, будь-ласка, напишіть мені на електронну адресу: stefanovskaya.s@gmail.com

- **Ваша електронна пошта для можливості надіслати Вам Звіт щодо результатів дослідження:**

- **В якому місті ви проживали до війни, яка розпочалась у лютому 2022 року чи проживаєте зараз?**
 - Київ
 - Харків
 - Інше місто (*опитування завершено*)

I. УЯВЛЕННЯ ПРО ЛЮДСЬКЕ ТІЛО

Як Ви вважаєте, якою мірою вплинули на формування Ваших підліткових уявлень про тіло:

Хто?	не вплинули	майже не вплинули	вплинули	дуже сильно вплинули
<ul style="list-style-type: none"> ● Батьки та родичі ● Вчителі та викладачі ● Герої фільмів, актори, зірки шоу-бізнесу ● Книги, комікси, плакати з журналів ● Спеціальні спортивні гуртки ● Ровесники, друзі ● Інші культури 				

На якого героя фільму, актора чи зірки шоу-бізнесу Ви мріяли бути схожим/схожою у підлітковому віці?

Які книги, комікси справили на Вас найсильніше враження у підлітковому віці?

Які плакати висіли у Вас на стіні у підлітковому віці?

Ваш тілесний досвід. *ОБЕРІТЬ АКТУАЛЬНІ ДЛЯ ВАС ВІДПОВІДІ У КОЖНОМУ РЯДКУ*

Тілесний досвід	до 18 років	займався якийсь час	практикую зараз	ніколи не займався/-лась
<ul style="list-style-type: none"> ● плавання ● велосипед ● футбол ● баскетбол ● біг ● волейбол ● акробатика ● художня гімнастика 				

<ul style="list-style-type: none"> ● фігурне катання ● TRX ● фітнес ● качання у залі, турніки ● скейт/ролики ● лижі/сноуборд ● екстремальні види спорту ● йога ● прогулянки пішки ● танці ● бойові види мистецтв ● масаж ● ванни, спа ● медитації ● секс 				
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--	--

На Ваш погляд, що таке "тілесність"?

Людське тіло для Вас це...

Тіло – це...	не згоден/-на	скоріше ні, чим так	скоріше так, чим ні	повністю згоден/-на
<ul style="list-style-type: none"> ● Символ ● Образ ● Ресурс ● Обтяжлива необхідність ● Простір для різноманітних переживань ● Машина ● Інструмент для самопізнання ● Інструмент для перетворення дійсності 				

Наскільки Ви вважаєте себе тілесним/тілесною?

Де «1» означає – «не вважаю», а «10» - «я дуже тілесний/тілесна».

Я вважаю людину «тілесною», якщо вона...

Людина «тілесна», якщо вона...	ні, зовсім не згоден/- дна	скоріше ні, чим так	скоріше так, чим ні	так, повністю згоден/- дна
<ul style="list-style-type: none"> • має тіло • має красиву зовнішність • має здоровий вигляд • вміє робити масаж • дотримується трендів ЗОЖ • не їсть м'яса • не курить • не вживає алкоголь • емоції якої відповідають проявам тіла • має екстрасенсорні здібності • вміє прислухатися до потреб свого тіла • вивчає тему тіла та тілесності • тонко відчуває свої бажання, втілює їх • розуміє зв'язок між емоціями та фізичними проявами тіла • знається на медичних аспектах тіла • приділяє багато уваги турботі про здоров'я • має спортивну фізичну форму • професійно займається спортом • може презентувати себе у вигідному світлі • може легко оперувати своїм тілом задля досягнення своїх цілей • з легкістю експериментує з власними тілесними можливостями 				

Як змінились Ваші погляди на тілесність та тілесну привабливість з віком?

На Ваш погляд, як саме на Вас впливають сучасні уявлення про тілесну привабливість? *ОБЕРІТЬ ОДНУ ВІДПОВІДЬ*

- Вони мені не подобаються
- Ніяк, я не слідкую за тим, які саме люди зараз вважаються тілесно привабливими
- Намагаюся бути в курсі тенденцій щодо краси та турботи про тіло, але зрідка щось дійсно змінюю у собі
- Прагну слідувати новинкам
- Дуже цікавлюсь, часто та легко експериментую зі своїм тілом

Ваше звичайне самовідчуття Вашого тіла протягом останнього півроку. Моє тіло...

Моє тіло...	це зовсім не про мене	скоріше ні, чим так	скоріше так, чим ні	саме так я себе відчуваю
<ul style="list-style-type: none"> • Активне • Бадьоре • Відкрите • Тепле • Динамічне • Розслаблене • Живе • Чутливе • Збуджене • М'яке • Легке • Радісне 				

Як Ви звичайно ставитесь до дружніх дотиків до вашого тіла людини, з якою нещодавно познайомились? *ОБЕРІТЬ ОДНУ ВІДПОВІДЬ*

- Дуже не подобаються
- Швидше не подобаються
- Швидше подобаються
- Дуже подобаються

На Ваш погляд, наскільки Ви самі відповідаєте своєму уявленню про тілесно привабливу людину за кожним з параметрів?

Параметр тіла	не відповідаю	скоріше ні, чим так	скоріше так, чим ні	повністю відповідаю

<ul style="list-style-type: none"> ● Здоров'я ● Сексуальність ● Стильний вигляд ● Витривалість, дисциплінованість тіла ● Здатність привертати до себе увагу ● Плавність, гармонійність рухів ● Граціозна постать ● Красива хода ● Відкритість ● Тілесна чутливість 				
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--	--

Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла?

Параметр тіла	зовсім не подобається	скоріше не подобається	подобається	дуже сильно подобається
<ul style="list-style-type: none"> ● Волосся ● Вираз обличчя ● Очі ● Губи ● Доглянутість та здоровість шкіри ● Наявність макіяжу, манікюру, педикюру ● Гармонійність, злагодженість та плавність фізичних рухів ● Пропорції тіла ● Груди/торс ● Форма рук ● Живіт/талія ● Сідниці ● Ноги ● Стильність одягу ● Спортивний вигляд 				

• Вага				
• Зріст				

На що в першу чергу Ви звертаєте увагу при знайомстві з новою людиною?

ОБЕРІТЬ ОДНУ ВІДПОВІДЬ У КОЖНОМУ РЯДКУ

Стать	Фізичний вигляд людини	Емоційний стан людини	Власне відчуття симпатії чи антипатії до людини
своєї статі			
протилежної статі			

На яку частину тіла в першу чергу Ви звертаєте увагу при знайомстві з новою людиною ПРОТИЛЕЖНОЇ СТАТІ?

На яку частину тіла в першу чергу Ви звертаєте увагу при знайомстві з новою людиною СВОЄЇ СТАТІ?

Як Ви вважаєте, чи має зовнішній вигляд людини вплив на наступні сфери життя?

Сфера життя	зовсім не впливає	майже не впливає	впливає	дуже сильно впливає
<ul style="list-style-type: none"> • Вірогідність стати батьком/матір'ю • Сексуальні зв'язки та можливість отримувати задоволення від власного тіла та життя загалом • Соціальні та професійні можливості для самореалізації • Можливість будувати дружні відносини • Здібність бачити та відчувати естетику та гармонію у житті • Здатність навчатись 				

II. ЩОДЕННІ ТІЛЕСНІ ПРАКТИКИ

З якою регулярністю Ви займаєтесь прийнятними для себе «тілесними практиками»?

Тілесна практика	ПЕРІОДИЧНІСТЬ					
	ніколи	рідко	1 раз на тиждень	2-3 рази на тиждень	4-5 разів на тиждень	кожен день
<ul style="list-style-type: none"> • Відвідую спортивний зал • Ігрові види спорту (футбол, баскетбол, волейбол тощо) • TRX • Фітнес • Велосипед • Йога • Прогулянки пішки • Плавання • Біг • Танці • Очисні техніки (голодування, розвантажувальні дні, дієти, м'які техніки очищення печінки, нирок, закаливання, клізмотерапія тощо) • Фізіотерапія/реабілітація • Читання книг • Розмірковування над обраною задачею • Масаж тіла • Секс • Екстремальні види спорту • Косметологічний догляд (креми, маски, масаж обличчя) • Вивчення нової мови • Застосування досягнень естетичної медицини 						

(ін'єкції тощо) • Гру в шахи, інтелектуальні ігри • Вживання медикаментів (вітаміни, біо-добавки тощо) • Щорічний профілактичний медичний огляд						
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--	--	--	--

Чи робили Ви хірургічні операції для вдосконалення тіла, покращення привабливості (без медичних показань для безпеки здоров'я)?

- Так
 Ні

Якщо Ви відповіли "Так" на попереднє запитання, напишіть, будь-ласка, операцію якої частини тіла Ви робили?

Чи мають Ваші тілесні практики "сезонний" характер? Наприклад, навесні та літом Ви більше займаєтесь своїм тілом, а ніж взимку.

- Так
 Ні

Заради чого Ви займаєтесь тілесними практиками?

Заради чого?	ні, зовсім не так	скоріше ні, чим так	скоріше так, чим ні	так, це про мене
<ul style="list-style-type: none"> • Хочу бути здоровим • Хочу відчувати себе молодим • Хочу бути сучасним • Все моє оточення так робить, не хочу відставати • Хочу досягти власних очікувань щодо привабливості свого тіла • Заради впливу на свій внутрішній емоційний стан • Так я відчуваю себе більш сексуальним • Мені подобається сам процес • Хочу мати спортивне, сильне, 				

витривале тіло • Мені подобається дізнаватись нове про можливості та обмеження власного тіла • Це допомагає концентрації уваги • Це підіймає мені настрій				
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--	--

Які супутні інтереси Ви переслідуєте під час тілесних практик?

- Спілкування
- Нові знайомства
- Флірт
- Бізнес-нетворкінг
- Естетичне милування красивими спортивними тілами навколо себе
- Інше

Яким саме частинам тіла Ви приділяєте найбільшу увагу, коли займаєтесь тілесними практиками?

- Обличчю
- Рукам
- Грудям/торсу
- Спині
- Живіт/талія
- Ногам
- Сідницям
- Шкірі

Після початку війни в Україні Ваші звички щодо тілесних практик:

- Не змінилися, все залишилося як і було
- Змінилися: я приділяю менше уваги своєму тілу та піклуванню про нього
- Змінилися: я приділяю більше уваги своєму тілу та піклуванню про нього

Після перемоги України у цій війні, наскільки для Вас важливо, щоб у місті «вашої мрії», де Ви будете жити та розвиватись, були:

Параметр	не важливо зовсім	скоріше не важливо, чим так	скоріше важливо, чим ні	дуже важливо
<ul style="list-style-type: none"> • Можливість впливати на органи місцевої влади для запровадження своїх ідей щодо 				

<p>облаштування міста спортивними майданчиками та іншими соціальними просторами для реалізації тілесних практик.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Чисте повітря для можливості займатися спортом в місті на вулиці. • Зелені зони та парки в близькому доступі, пристосовані для безпечних індивідуальних та групових занять тілесними практиками. • Зони, облаштовані критими майданчиками для групових занять йогою, танцями тощо. • Велосипедні та бігові доріжки із спеціальним покриттям. 				
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--	--

III. СОЦІАЛЬНО-ДЕМОГРАФІЧНИЙ БЛОК

Ваша стать:

- Чоловік
 Жінка

Скільки Вам повних років? *НАПИШІТЬ ЦИФРОЮ*

_____ років

Який найвищий рівень освіти Ви маєте?

- Початкова освіта
 Базова середня освіта/Неповна середня освіта
 Повна середня освіта
 Професійна (технічна) освіта/Середня спеціальна (коледж, технічне училище)
 Початковий рівень вищої освіти/Неповна вища освіта
 Перший рівень вищої освіти (бакалавр)
 Другий рівень вищої освіти (магістр)
 Дві та більше повних вищих освіти
 Науковий ступінь

Ваш сімейний стан:

- Не одружений/не одружена
- Одружений/одружена
- Живу разом з партнером іншої статі (цивільний шлюб)
- Живу разом з партнером своєї статі (цивільний шлюб)
- Розлучений/розлучена
- Овдовілий/овдовіла

Чи є у Вас неповнолітні діти, які проживають з Вами?

- Так
- Ні

Якщо Ви відповіли «Так», на попереднє питання, вкажіть їх вік: дитина 1: _____ років, дитина 2: _____ років, дитина 3: _____ років...

На даний час Ви:

- навчаєтесь
- працюєте на повній зайнятості офлайн
- працюєте на повній зайнятості онлайн
- працюєте не повний робочий день офлайн
- працюєте не повний робочий день онлайн
- поєднуєте декілька робіт
- знаходитеся в активному пошуку роботи
- безробітний
- у декреті

До якої соціально-професійної групи Ви себе зараз відносите:

- Працівник державного сектору
- Військовослужбовець, службовець ЗСУ, МВС, ТРО, поліція
- Приватна сфера (підприємництво)
- Працівник небюджетної організації
- Працюю в режимі вільної зайнятості (фріланс)
- Домогосподарка/домогосподар
- Учень/студент
- Пенсіонер
- Інше

До вторгнення Росії в Україну у лютому 2022 року, протягом останніх 3х років, Ви зазвичай відпочивали:

1) як часто?

- три та більше разів на рік
- 1-2 рази на рік
- в мене не було можливості відпочивати

До вторгнення Росії в Україну у лютому 2022 року, протягом останніх 3х років, Ви зазвичай відпочивали:

2) де саме?

- у своєму місті
- поза межами міста, де я проживаю
- в Україні
- в Турції/Єгипті/Тунісі
- в Європі
- подорожуючи Європою, в Азію, Америку, Канаду тощо

До вторгнення Росії в Україну у лютому 2022 року, протягом останніх 3х років, Ви зазвичай відпочивали:

3) що Ви зазвичай робите, коли відпочиваєте?

- вирішуюю домашні, господарські справи
- органівую різноманітні спортивні активності на природі
- віддаю перевагу пасивному відпочинку – майже нічого не роблю
- органівую чи приймаю участь у вечірках з друзями
- багато читаю та дивлюсь просвітницькі, навчальні відео
- досліджую тему, якою цікавлюсь, подорожуючи світом, вивчаю історичні місця
- відвідую музеї, театри
- розслабляюсь завдяки вживанню тютюну, алкоголю іншим засобам

На даний час Ви знаходитесь:

- У власному домі/квартирі в Україні
- Переїхала в інше місце проживання в Україні та налагодив/налагодила життя
- Виїхав/виїхала з України та регулярно пересуваюсь
- Виїхав/виїхала з України та тимчасово налагодив/налагодила життя в новій країні на невизначений час
- Повернувся/повернулася в Україну
- Планую переїзд в інше місто чи країну

Запишіть цифрою, яку орієнтовно суму грошей Ви витрачаєте на одного члена родини у місяць з урахуванням всіх супутніх затрат (грн.)?

_____ грн.

**За рахунок чого Ви зараз сплачуєте Ваші повсякденні витрати? *ОБЕРІТЬ*
*ОДНУ АБО ДЕ-КИЛЬКА ВІДПОВІДЕЙ***

- Маю стабільний та регулярний дохід від роботи
- Отримую дохід час від часу
- Позичаю гроші
- Фінансова підтримка від органів влади, де я зараз мешкаю
- Власні збереження/спадщина
- Здача в оренду власної нерухомості
- Забезпечує партнер
- Підтримка родичів/друзів

Дякую за Ваш час та щирі відповіді. Опитування завершено!

Додаток 2. Зворотній зв'язок респондентів після заповнення опитувальника «Тілесність»

- «Стася, привіт! Хочу тобі сказати спасибі за твоє опитування, оскільки він виявився для мене дуже важливим чекпоїнтом у усвідомленні взагалі того, що відбувається з моїм тілом та моїм ставленням до нього. Дуже багато питань довелося поставити собі вперше в житті і дуже здивуватися, що виявляється відповіді не такі прості і часом не такі, які хотілося б отримати. Думаю, що саме опитування може бути певною формою практики тілесності, оскільки щоразу необхідно було актуалізуватися у своєму тілі, повертатися до відчуттів та згадувати переживання. Хотілося б взагалі відповідати собі на багато питань із періодичністю 6 місяців/рік, спостерігаючи як змінюється стан відчуття тіла. Дякую за цей досвід, сподіваюся, що результати будуть корисними для підготовки твоєї роботи ».
- «Ого, цікаве дослідження».
- «Сподобався опитувальник. Кайфанул, доки заповнював. Пройшовши опитувальник я ще задумався що з деяких аспектів тілесності час переглянути своє ставлення. Вийшла рефлексія така собі ».
- «Пройшла. Цікавий опитувальник! Я задумалась над багатьма питаннями, які відклала на час війни».
- «І опитування шалене. З нього можна дізнатися багато нового. Ось, наприклад, ніколи читання книг чи гри в інтелектуальні ігри не зараховувала до тілесних практик. Дуже корисно задуматися і відповісти, що тобі в собі подобається, а що ні. Та взагалі раз на місяць треба його відкривати та дивитися як змінюються відповіді. Мені дуже сподобалося. Дякую, що покликала».
- «О, так прекрасно, коли теми не заюзані досліджуються))))».

Додаток 3. На якого героя фільму, актора чи зірки шоу-бізнесу Ви мріяли бути схожим/схожою у підлітковому віці?



Додаток 4. Які книги, комікси справили на Вас найсильніше
враження у підлітковому віці?

Word cloud containing the following text: Шерлок Холмс, Джек Лондон, Парфюмер, Хроніки Амбер, Майстер Та Маргарита, Володар Кілець, Річард Бах, Жюль Верн, Емануель, Віднесені Вітром, Гаррі Поттер.

Які плакати висіли у Вас на стіні у підлітковому віці?

Word cloud containing the following text: Мапа Світу, Spice Girls, Бред Піт, Eminem, Nirvana.

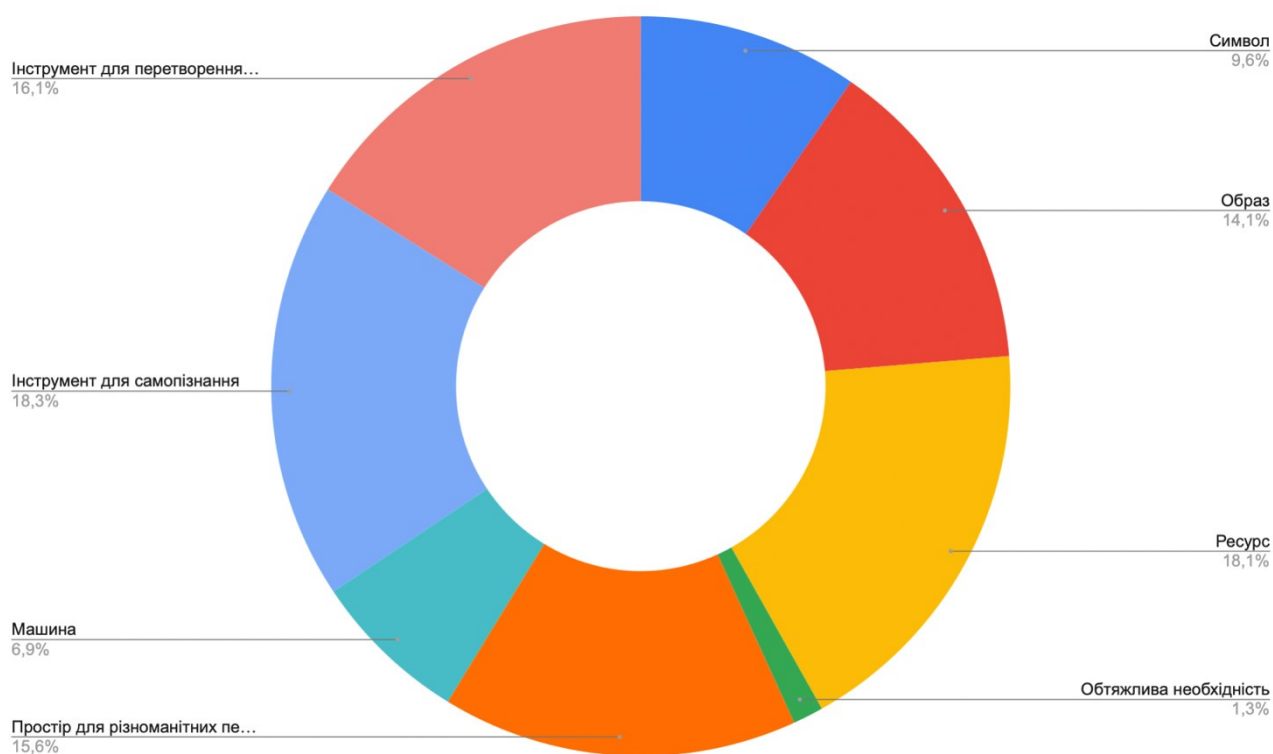
Додаток 5. На Ваш погляд, що таке "тілесність"?



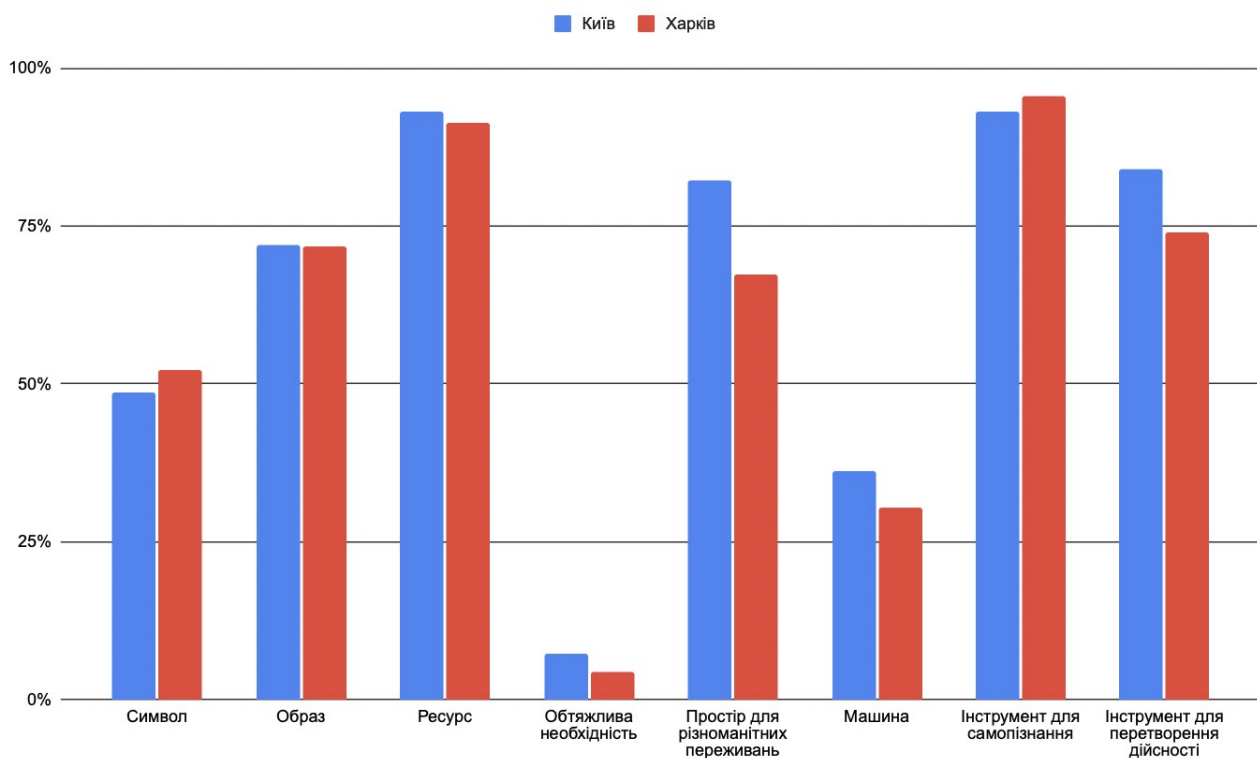
Як змінились Ваші погляди на тілесність та тілесну привабливість з віком?



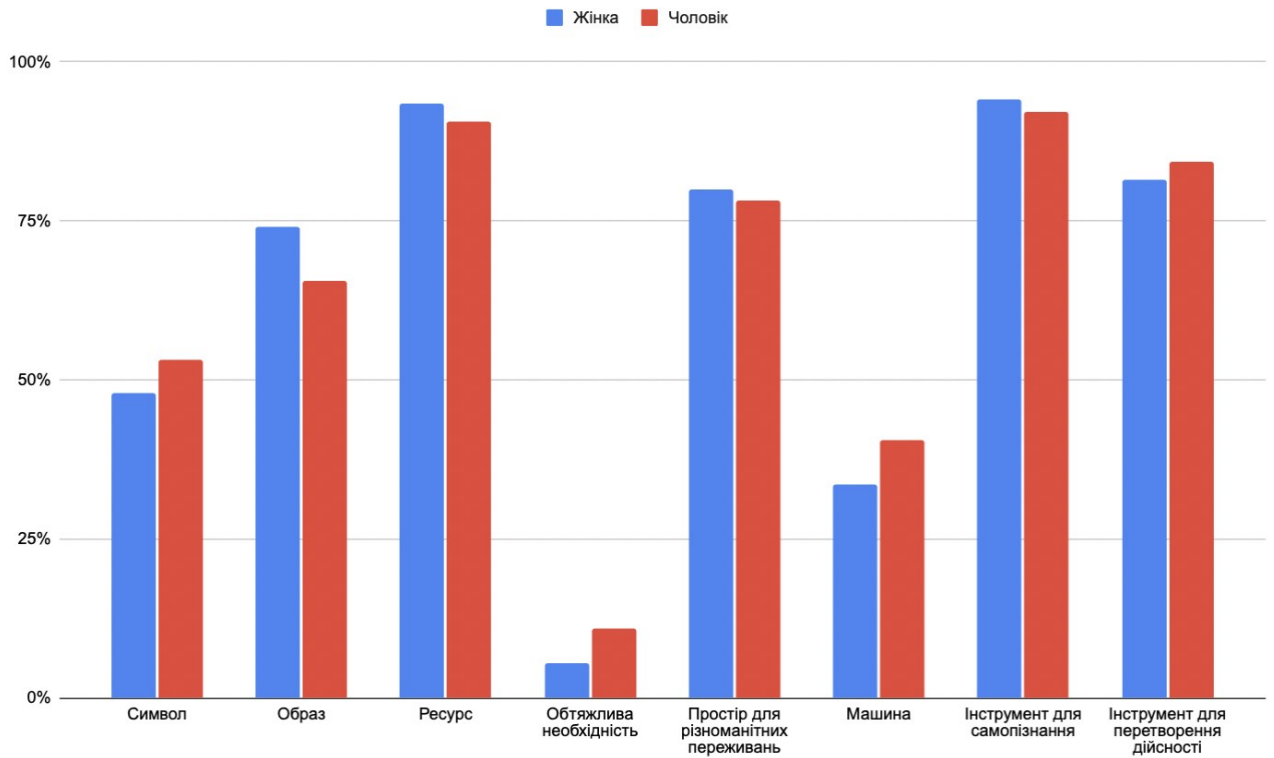
Додаток 6. Людське тіло для Вас це...



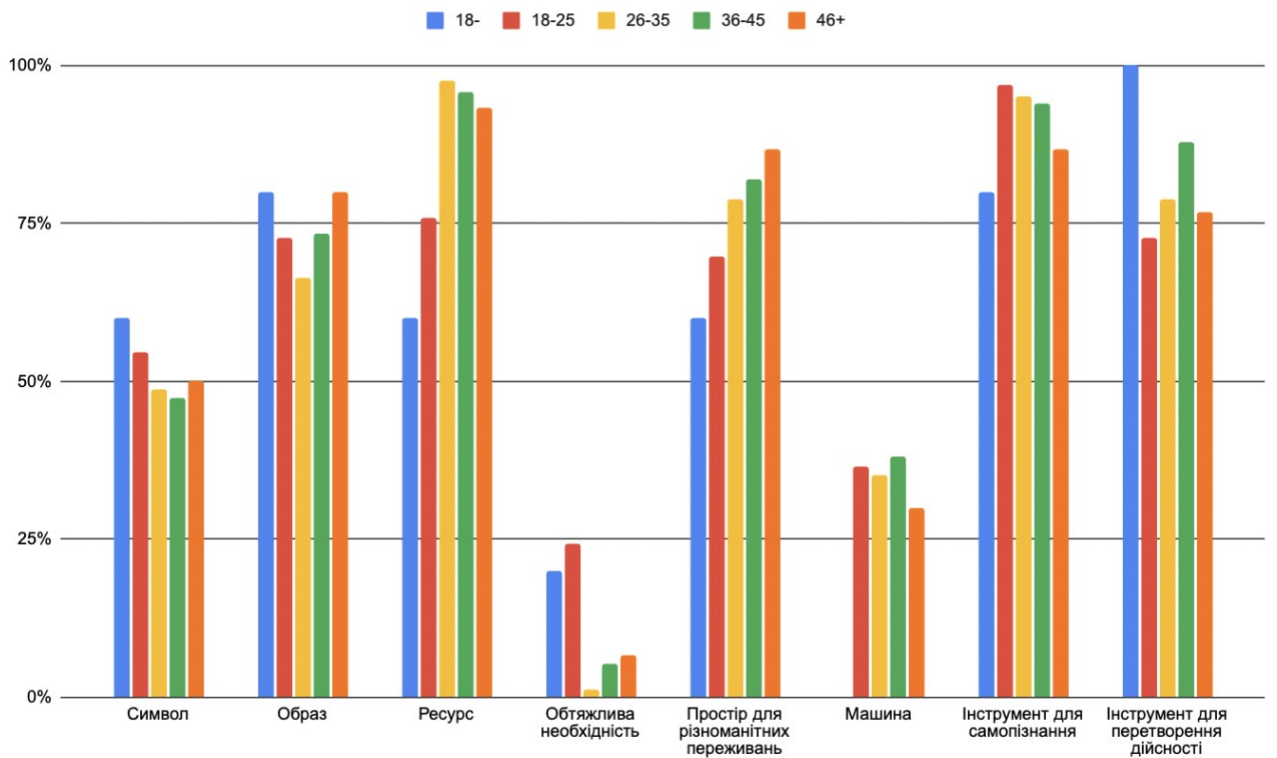
Людське тіло для вас це... / порівняння міст Києва та Харкова



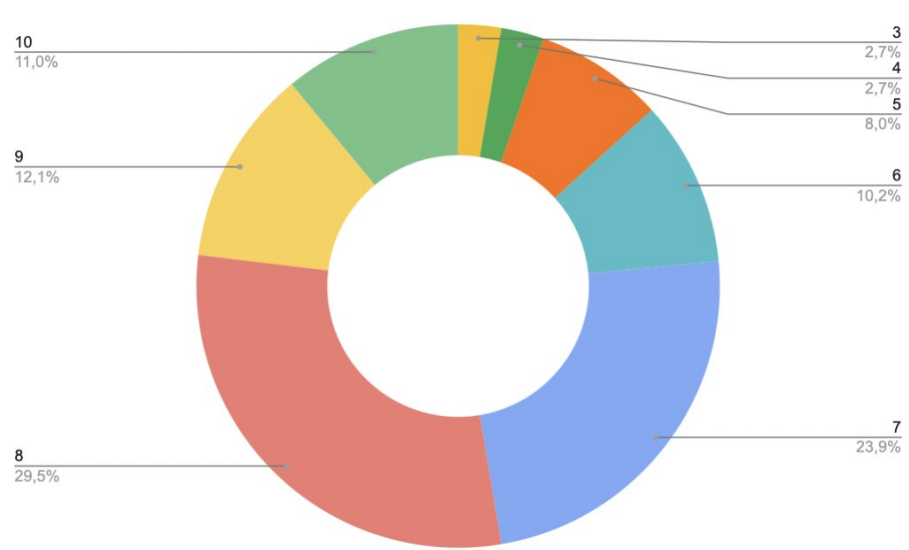
Додаток 7. Людське тіло для вас це... / порівняння жінок та чоловіків



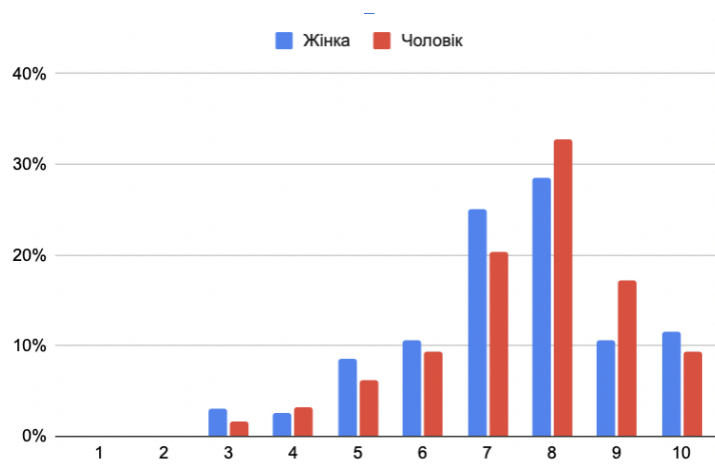
Людське тіло для вас це... / віковий зріз



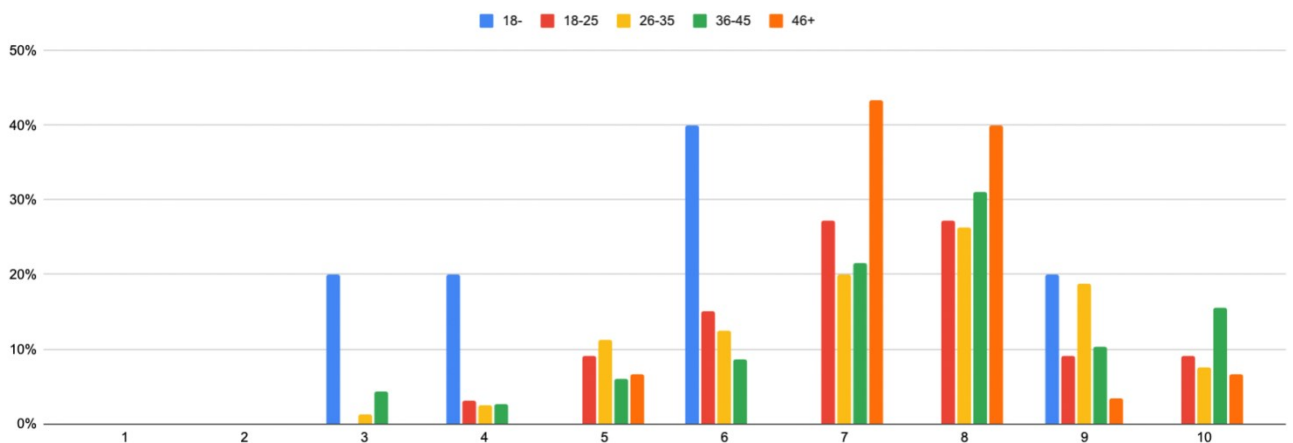
Додаток 8. Наскільки Ви вважаєте себе тілесним/тілесною?



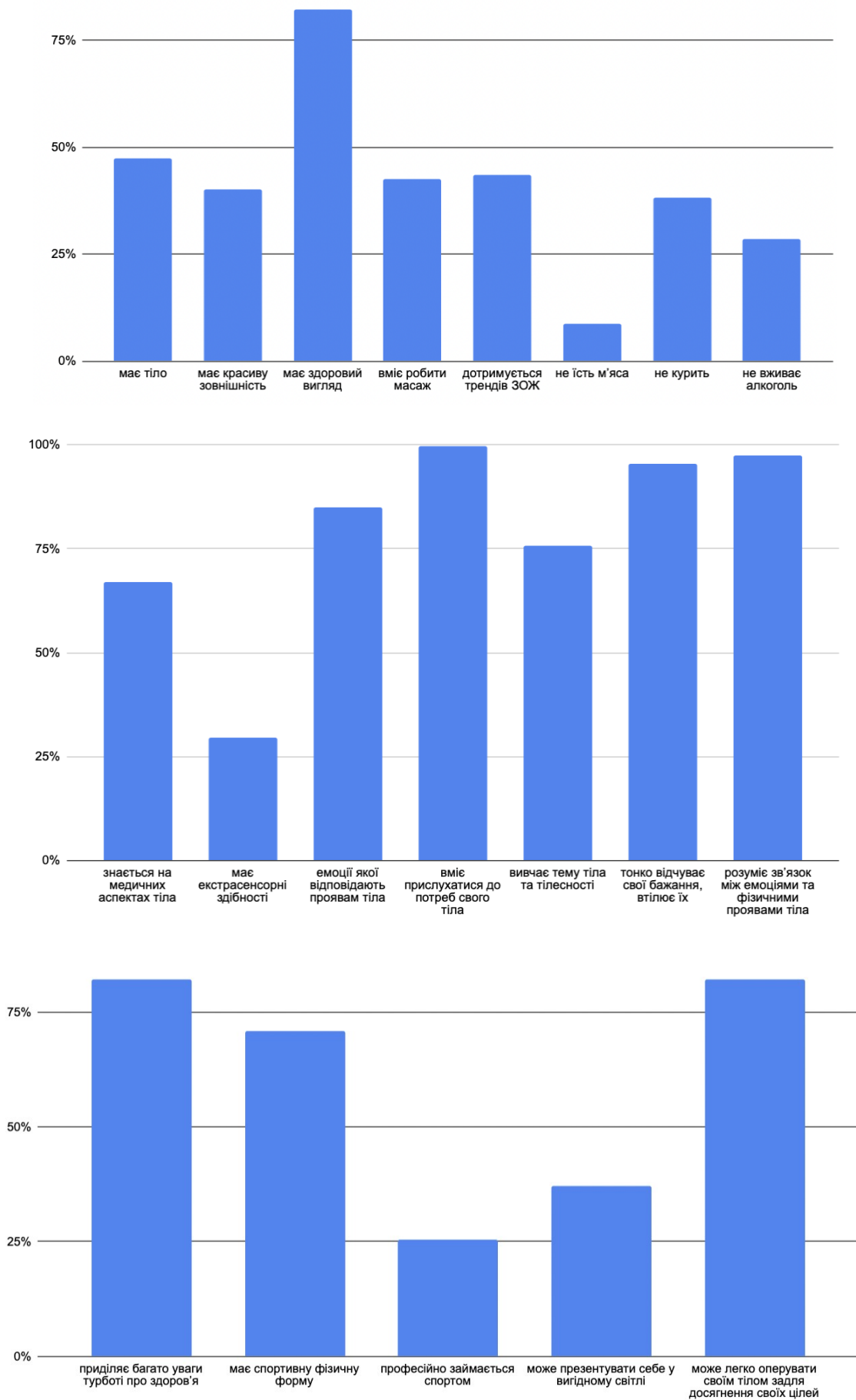
Гендерний зріз:



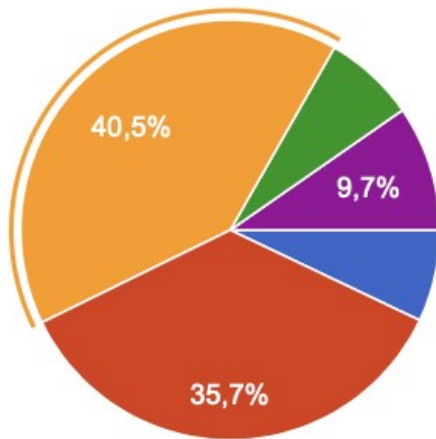
Віковий зріз:



Додаток 9. Я вважаю людину «тілесною», якщо вона...

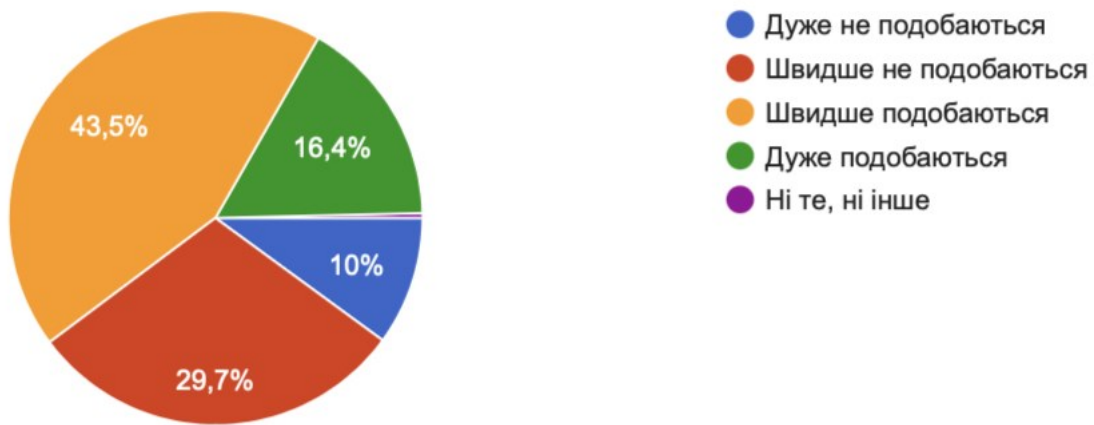


Додаток 10. На Ваш погляд, як саме на Вас впливають сучасні уявлення про тілесну привабливість?

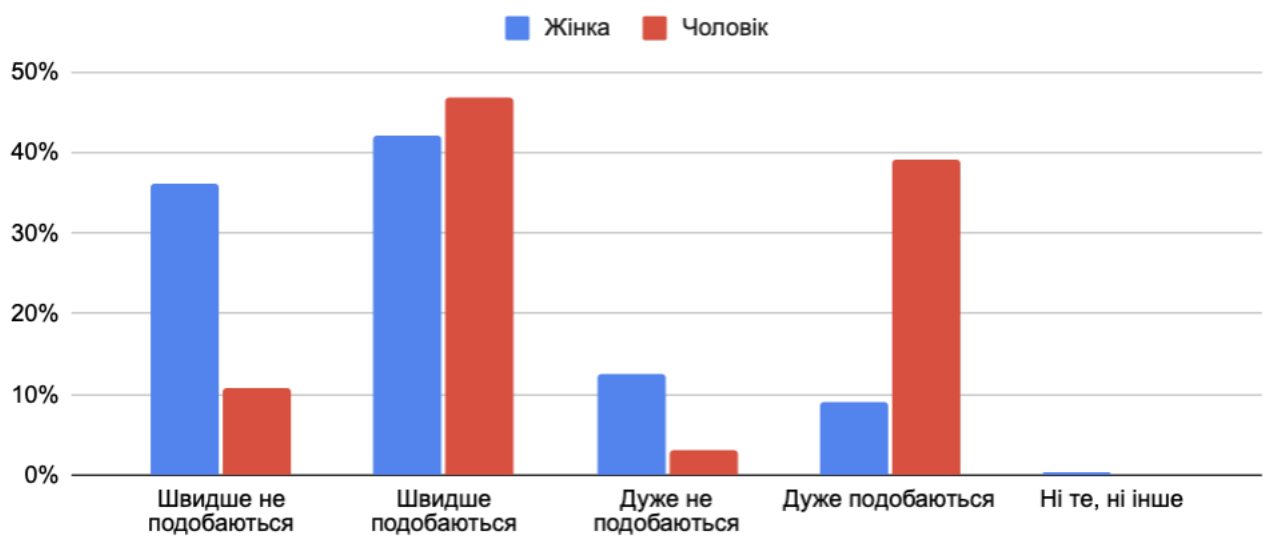


- Вони мені не подобаються
- Ніяк, я не сліdkую за тим, які саме люди зараз вважаються тілесно привабливими
- Намагаюся бути в курсі тенденцій щодо краси та турботи про тіло, але зрідка щось дійсно змінюю у собі
- Прагну сліdkувати новинкам
- Дуже цікавлюсь, часто та легко експериментую зі своїм тілом

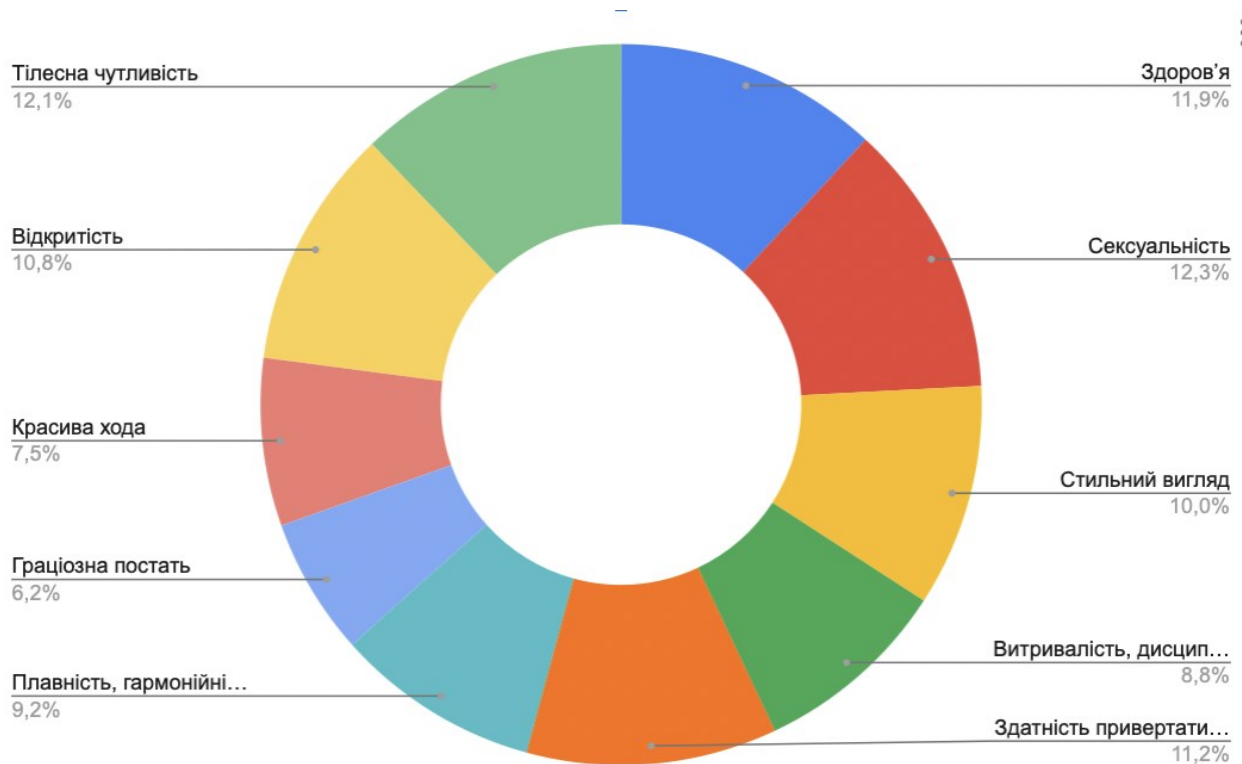
Додаток 11. Як Ви звичайно ставитесь до дружніх дотиків до Вашого тіла людини, з якою нещодавно познайомились?



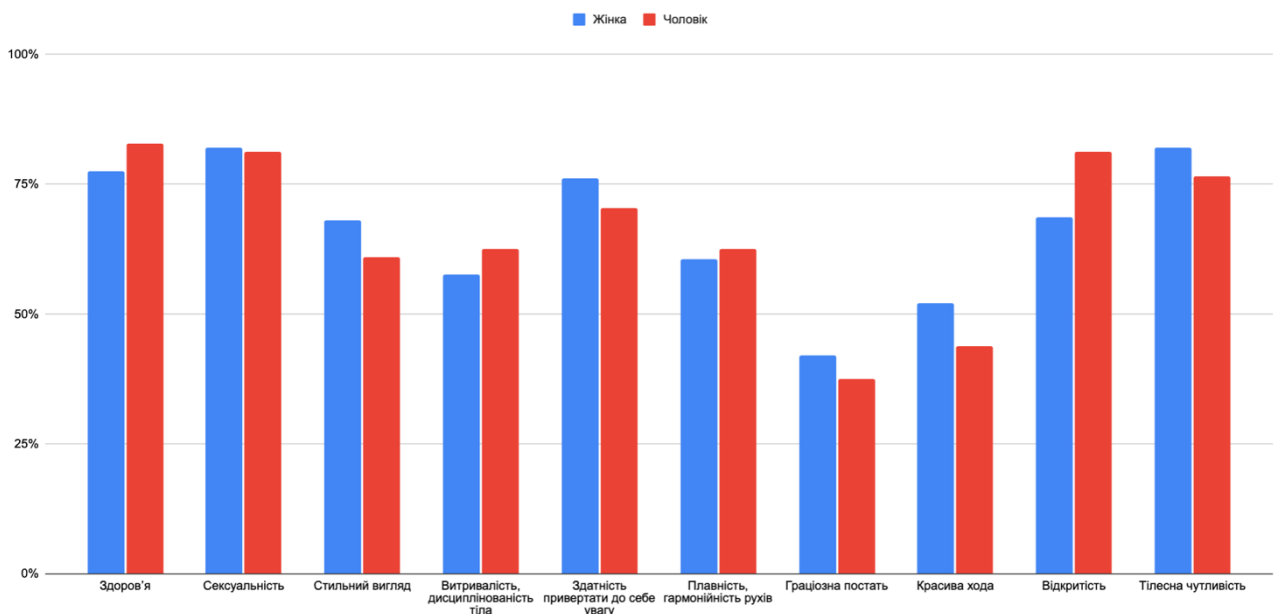
Гендерний зріз:



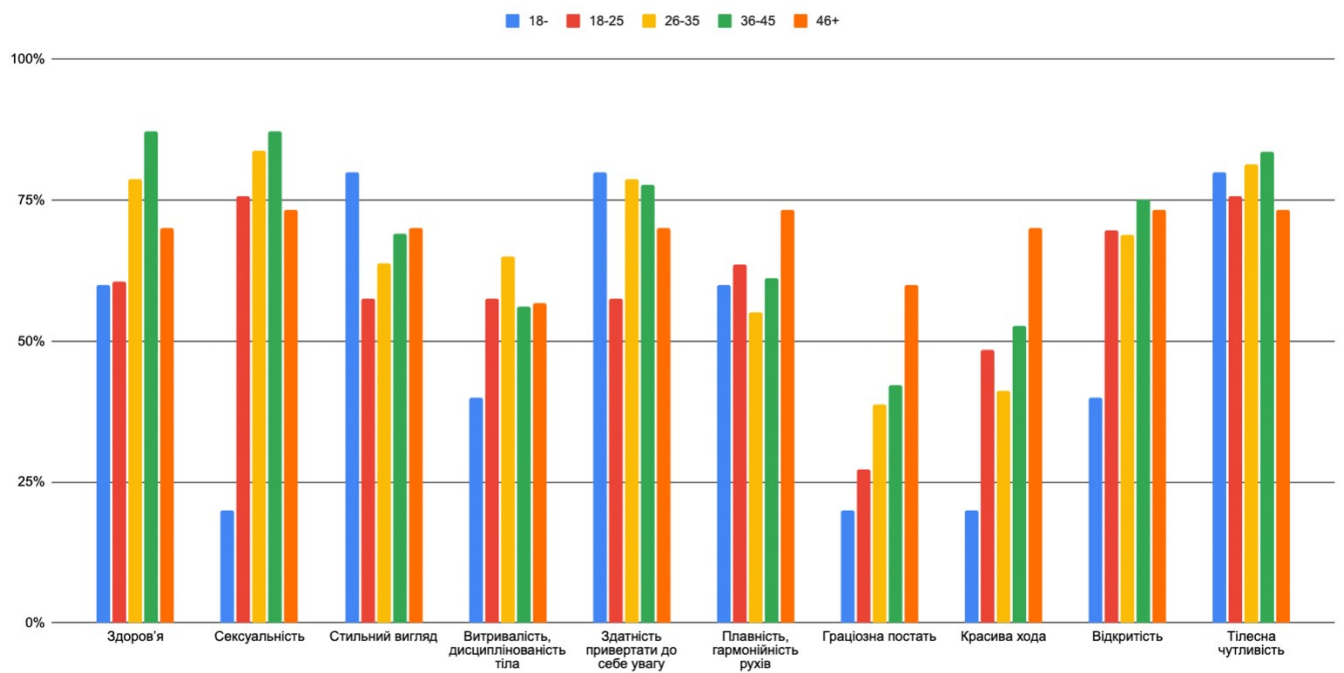
Додаток 12. На Ваш погляд, наскільки Ви самі відповідаєте своєму уявленню про тілесно привабливу людину за кожним з параметрів?



Гендерний зріз:

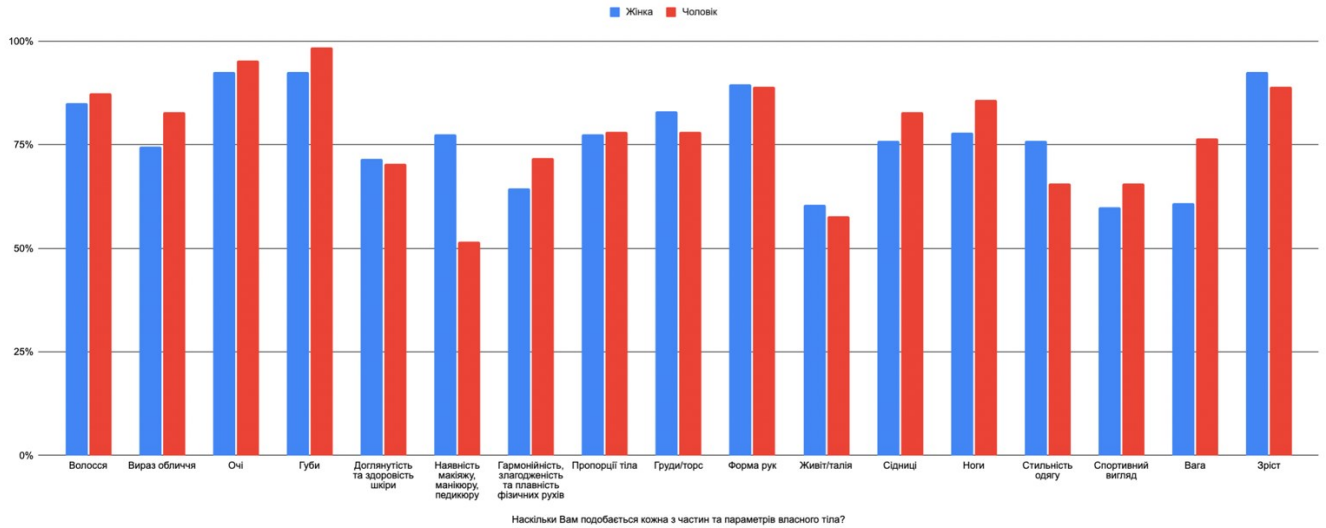


Віковий зріз:

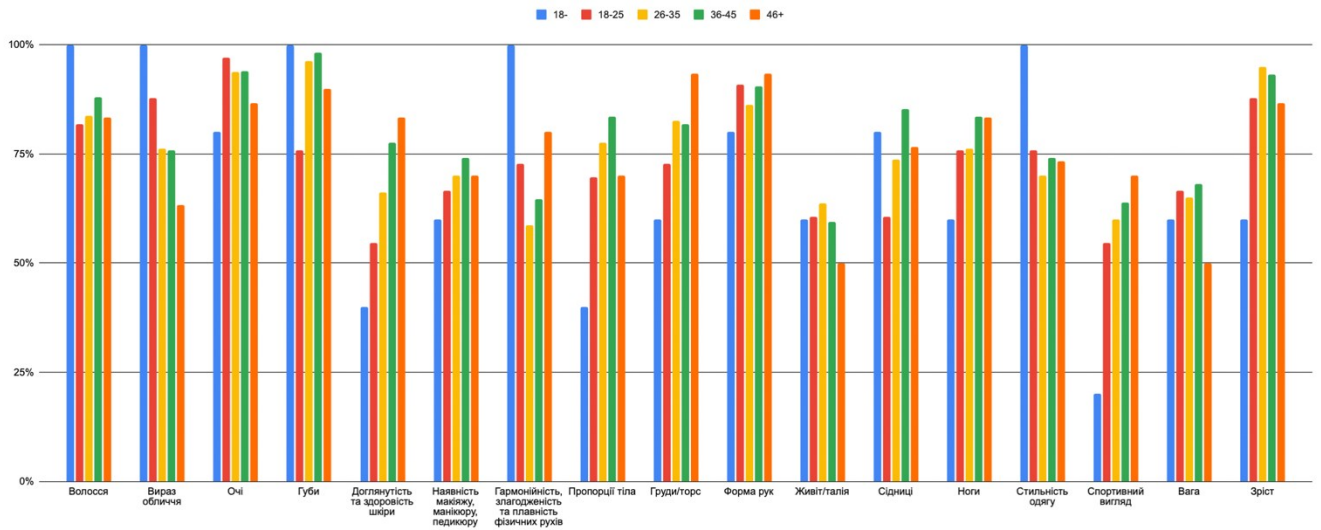


Додаток 13. Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла?

Гендерний зріз:



Віковий зріз:



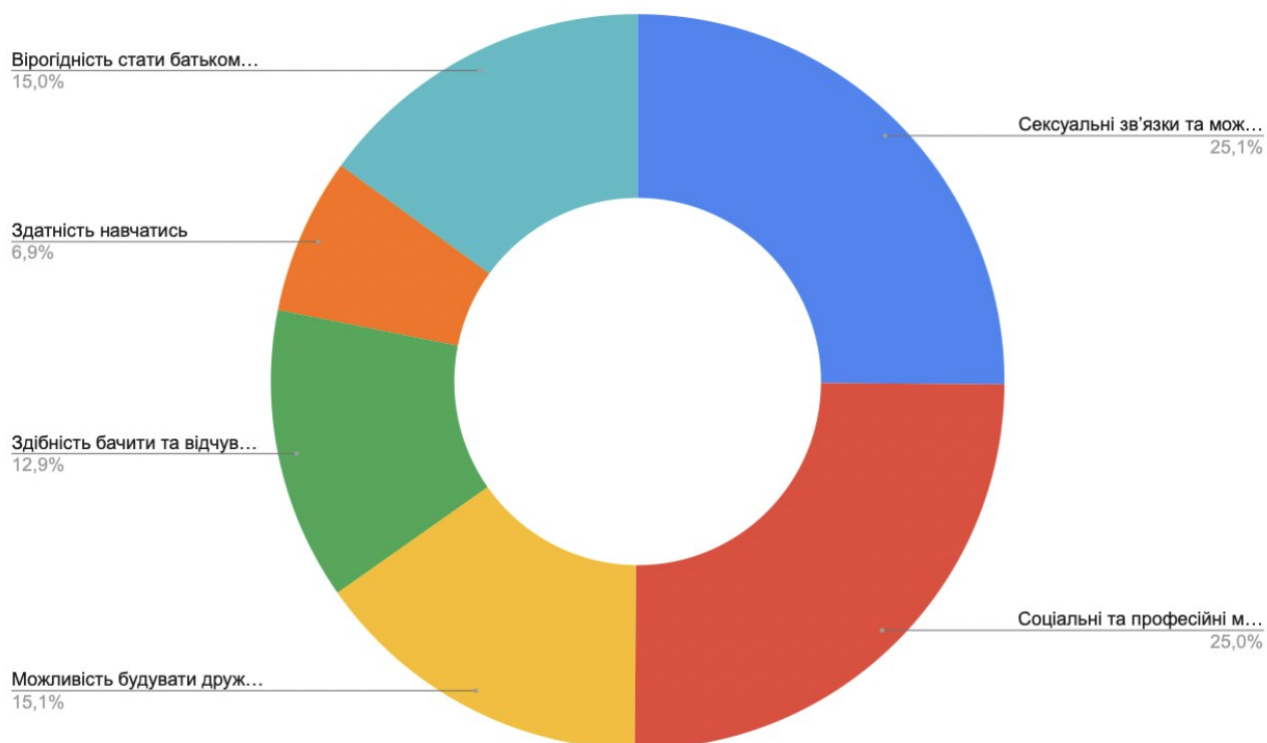
Додаток 14. На яку частину тіла в першу чергу Ви звертаєте увагу при знайомстві з новою людиною протилежної статі?



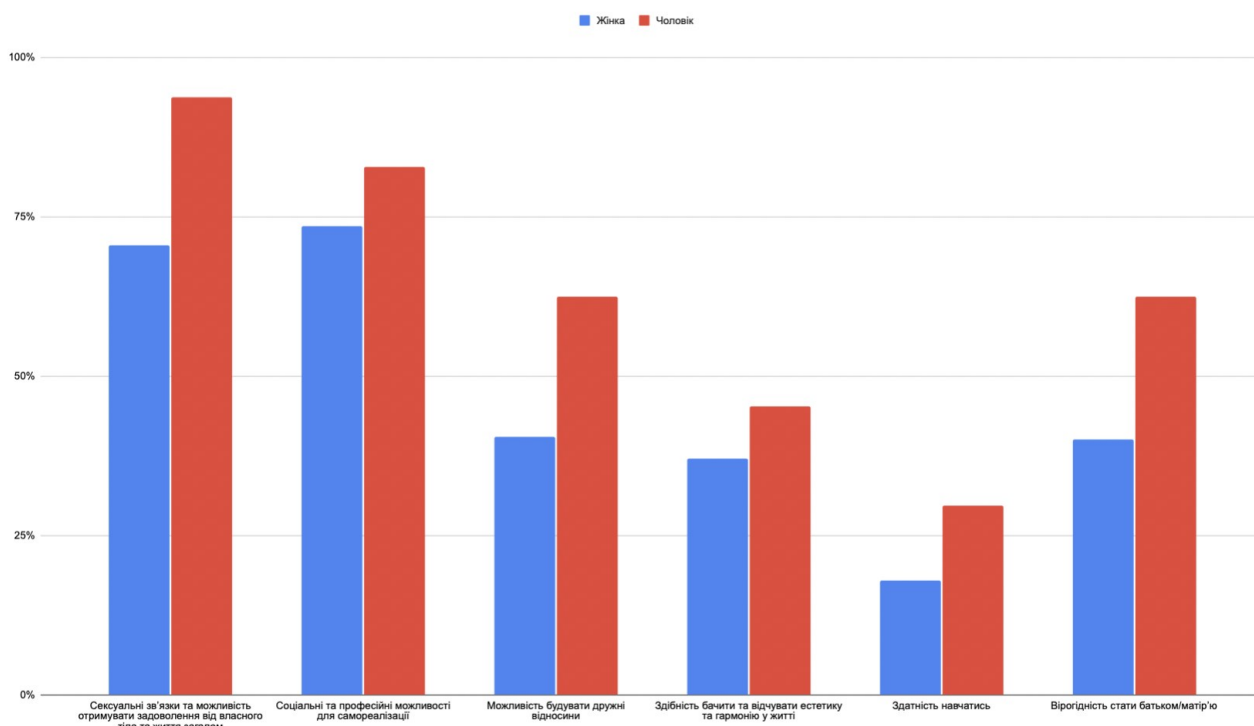
На яку частину тіла в першу чергу Ви звертаєте увагу при знайомстві з новою людиною своєї статі?



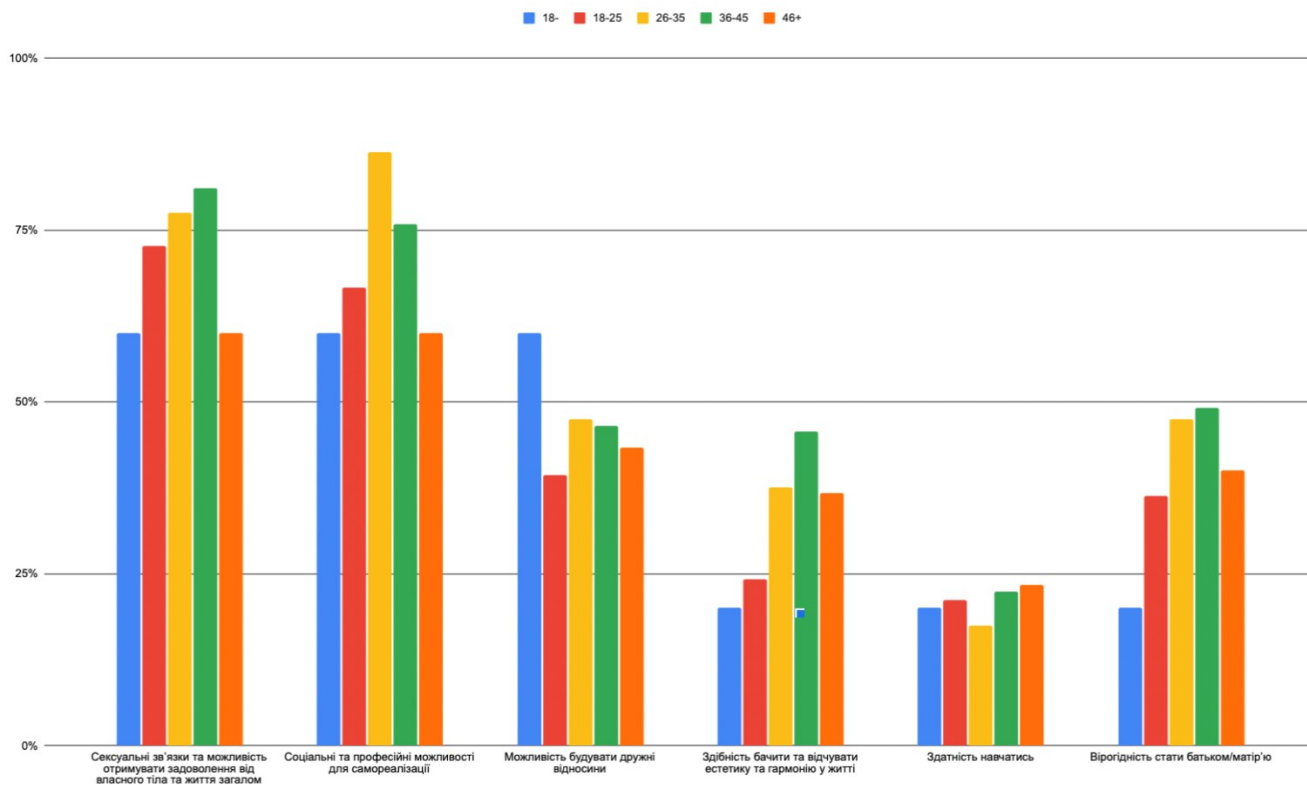
Додаток 15. Як Ви вважаєте, чи має зовнішній вигляд людини вплив на наступні сфери життя?



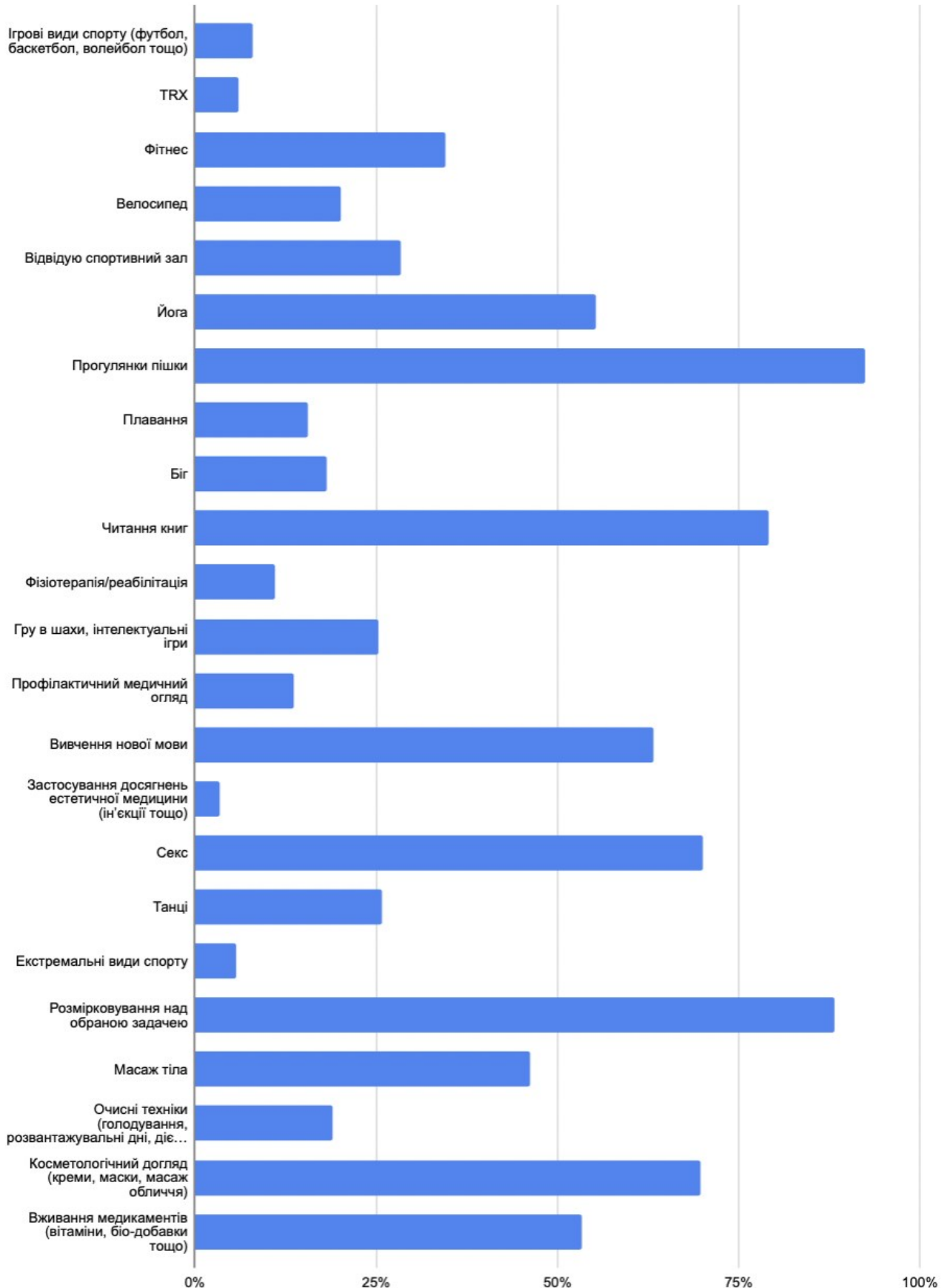
Гендерний зріз:



Віковий зріз:



Додаток 16. З якою регулярністю Ви займаєтесь прийнятними для себе «тілесними практиками»?



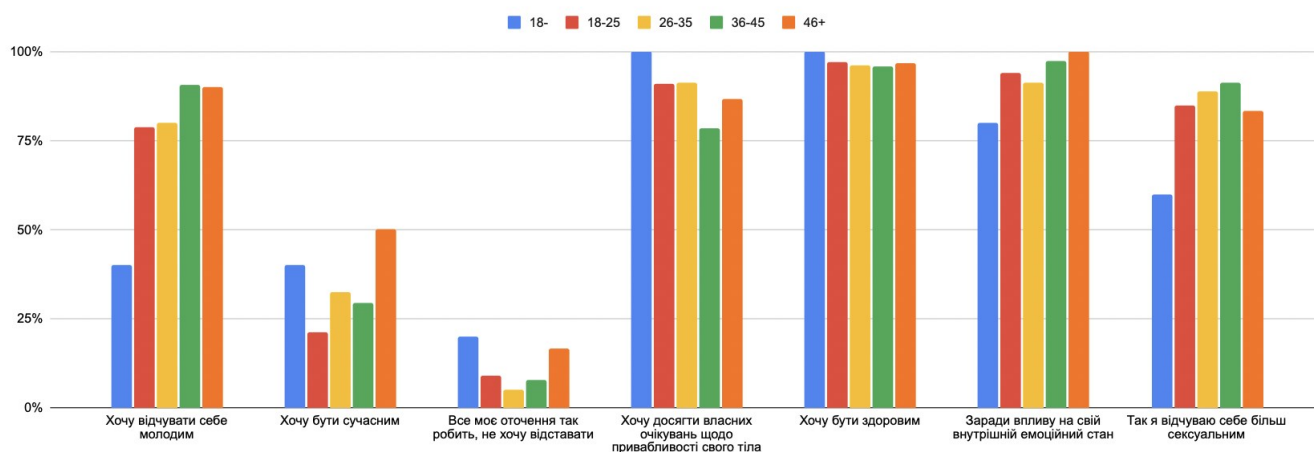
Зріз: місто / стать / вік

З якою регулярністю Ви займаєтесь прийнятними для себе «тілесними практиками»?	TOTAL	Київ	Харків	Жінка	Чоловік	18-25	26-35	36-45	46+
Ігрові види спорту (футбол, баскетбол, волейбол тощо)	8%	7%	11%	6%	16%	6%	6%	8%	10%
TRX	6%	6%	7%	5%	9%	6%	5%	7%	7%
Фітнес	34%	33%	43%	39%	22%	52%	38%	25%	47%
Велосипед	20%	19%	24%	19%	25%	21%	15%	22%	20%
Відвідую спортивний зал	28%	29%	24%	26%	38%	36%	23%	29%	37%
Йога	55%	54%	61%	55%	56%	39%	54%	63%	53%
Прогулянки пішки	92%	94%	87%	94%	89%	97%	94%	90%	93%
Плавання	16%	16%	13%	15%	19%	9%	18%	16%	17%
Біг	18%	18%	20%	17%	22%	18%	19%	19%	17%
Читання книг	79%	81%	72%	79%	80%	88%	78%	81%	70%
Фізіотерапія/реабілітація	11%	11%	11%	13%	6%	12%	8%	9%	23%
Гру в шахи, інтелектуальні ігри	25%	26%	24%	25%	28%	21%	25%	24%	33%
Профілактичний медичний огляд	14%	13%	17%	13%	16%	12%	14%	13%	20%
Вивчення нової мови	63%	64%	59%	67%	53%	67%	63%	63%	60%
Застосування досягнень естетичної медицини (ін'єкції тощо)	3%	4%	2%	4%	3%	0%	5%	2%	10%
Секс	70%	71%	67%	68%	78%	52%	78%	73%	70%
Танці	26%	24%	35%	26%	25%	18%	31%	25%	27%
Екстремальні види спорту	6%	6%	4%	4%	11%	0%	6%	6%	10%
Розмірковування над обраною задачею	88%	88%	89%	90%	84%	100%	84%	91%	83%
Масаж тіла	46%	48%	39%	43%	56%	33%	58%	43%	50%
Очисні техніки (голодування, розвантажувальні дні, дієти, м'які техніки очищення печінки, нирок, закаливання, клізмотерапія тощо)	19%	19%	20%	19%	19%	21%	13%	19%	27%
Косметологічний догляд (креми, маски, масаж обличчя)	70%	68%	76%	84%	27%	88%	73%	63%	67%
Вживання медикаментів (вітаміни, біо-добавки тощо)	53%	53%	57%	57%	44%	36%	48%	59%	67%

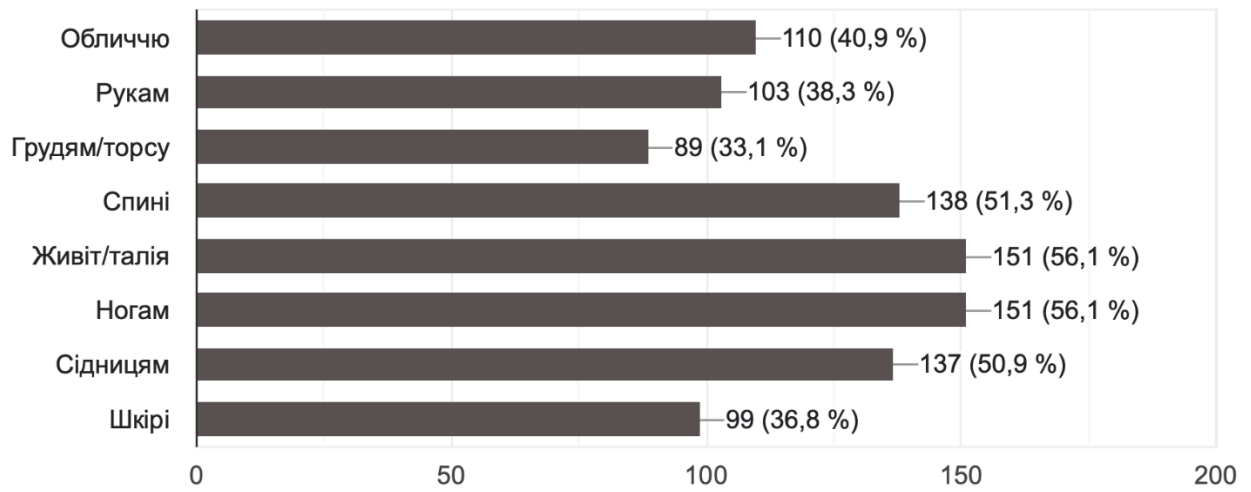
Додаток 17. Заради чого Ви займаєтесь тілесними практиками?

Заради чого Ви займаєтесь тілесними практиками?	TOTAL	Київ	Харків	Жінка	Чоловік	18-25	26-35	36-45	46+
Хочу відчувати себе молодим	85%	84%	87%	85%	84%	79%	80%	91%	90%
Хочу бути сучасним	32%	31%	35%	33%	28%	21%	33%	29%	50%
Все моє оточення так робить, не хочу відставати	8%	9%	7%	9%	8%	9%	5%	8%	17%
Хочу досягти власних очікувань щодо привабливості свого тіла	85%	85%	87%	87%	81%	91%	91%	78%	87%
Хочу бути здоровим	96%	96%	98%	97%	94%	97%	96%	96%	97%
Заради впливу на свій внутрішній емоційний стан	95%	95%	96%	95%	95%	94%	91%	97%	100%
Так я відчуваю себе більш сексуальним	88%	89%	87%	88%	91%	85%	89%	91%	83%

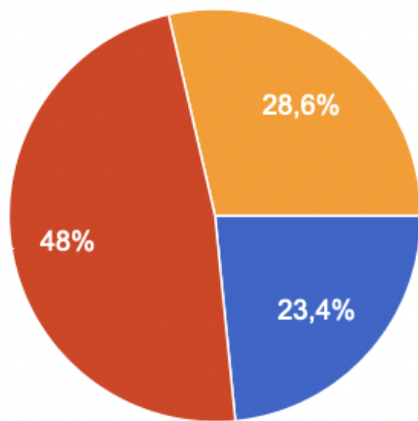
Віковий зріз:



Додаток 18. Якій частині свого тіла Ви приділяєте найбільшу увагу, коли займаєтесь тілесними практиками?

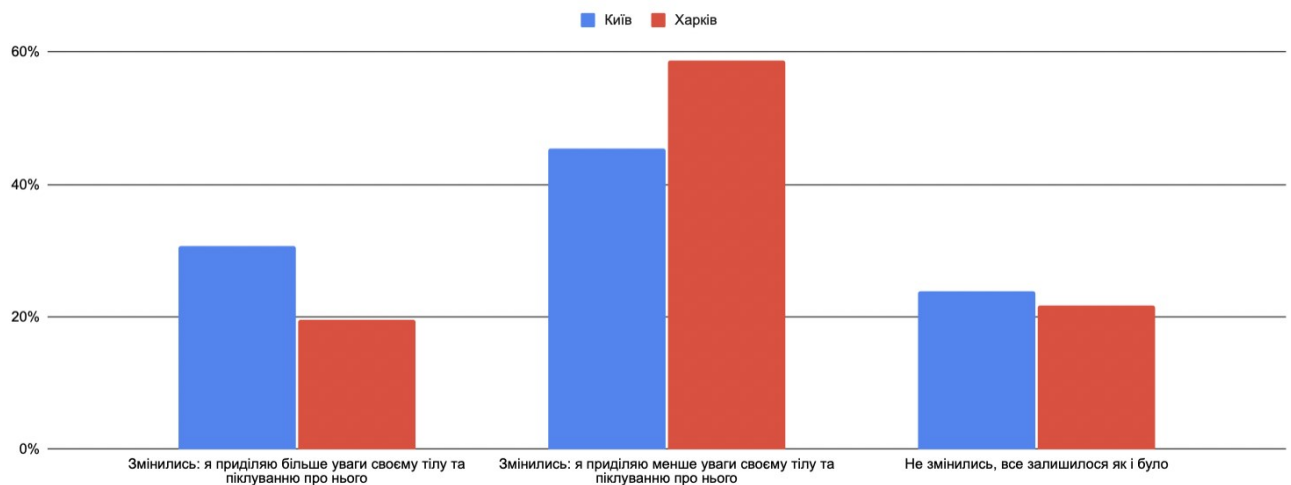


Додаток 19. Після початку війни в Україні Ваші звички щодо тілесних практик...

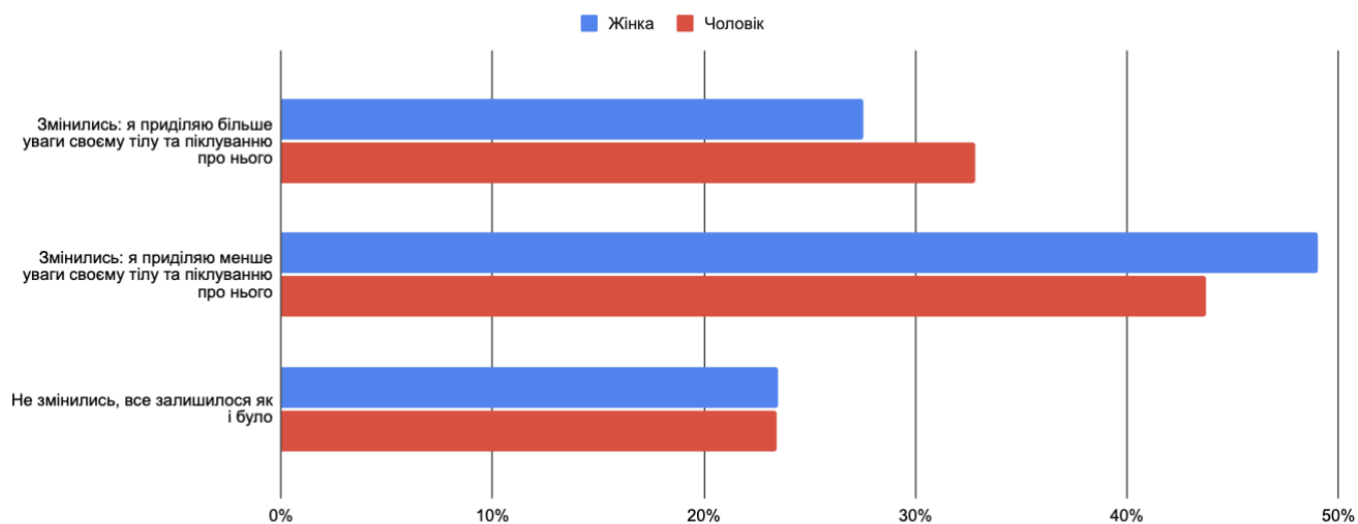


- Не змінились, все залишилося як і було
- Змінились: я приділяю менше уваги своєму тілу та піклуванню про нього
- Змінились: я приділяю більше уваги своєму тілу та піклуванню про нього

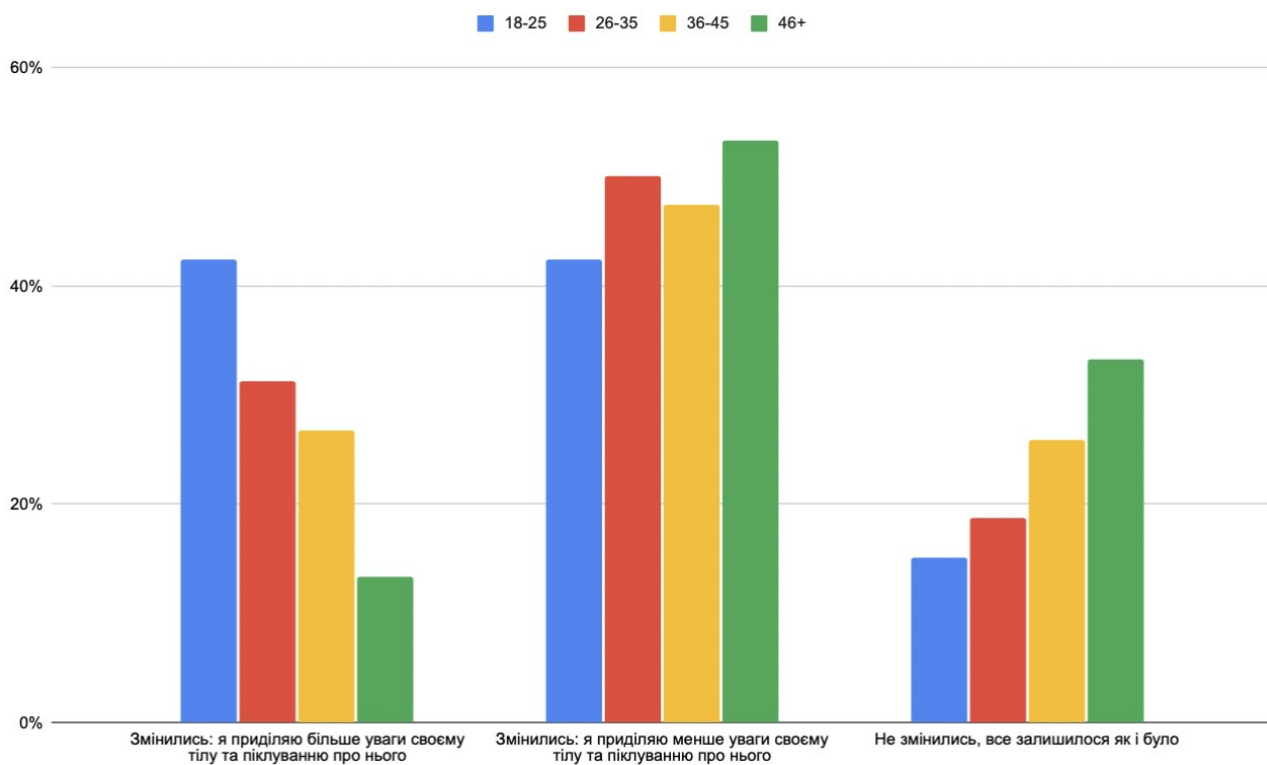
Порівняння міст Києва та Харкова:



Гендерний зріз:

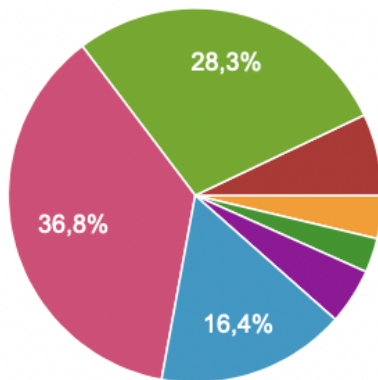


Віковий зріз:



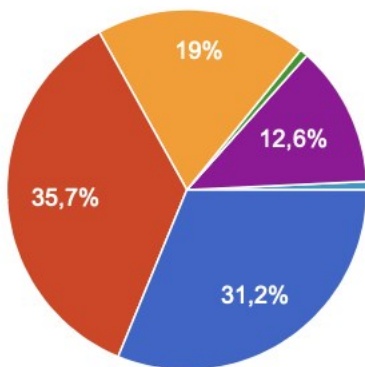
Додаток 20. Соціально-демографічні характеристики

Освіта:



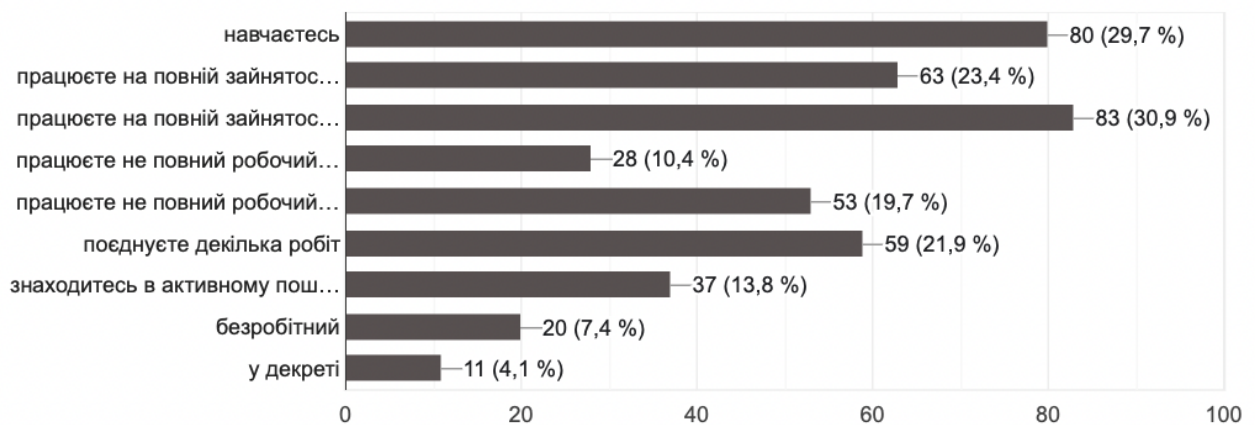
- Початкова освіта
- Базова середня освіта/Неповна середня освіта
- Повна середня освіта
- Професійна (технічна) освіта/Середня спеціальна освіта
- Початковий рівень вищої освіти/Неповна вища освіта
- Перший рівень вищої освіти (бакалавр)
- Другий рівень вищої освіти (магістр)
- Дві та більше повних вищих освіти
- Науковий ступінь

Сімейний стан:

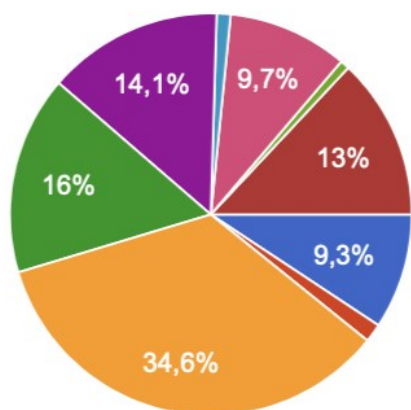


- Не одружений/не одружена
- Одружений/одружена
- Живу разом з партнером іншої статі (цивільний шлюб)
- Живу разом з партнером своєї статі (цивільний шлюб)
- Розлучений/розлучена
- Овдовілий/овдовіла

Соціальний статус на час опитування:

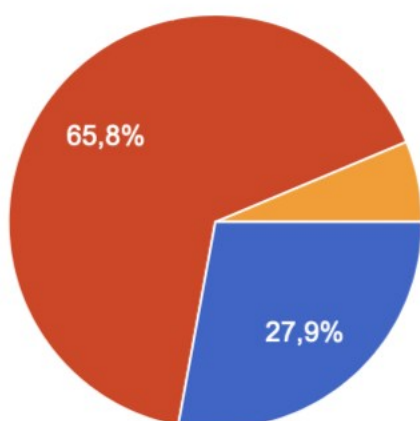


Соціально-професійна група:



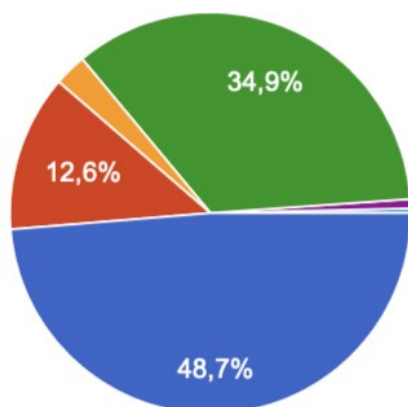
- Працівник державного сектору
- Військовослужбовець, службовець ЗСУ, МВС, ТРО, поліція
- Приватна сфера (підприємництво)
- Працівник небюджетної організації
- Працюю в режимі вільної зайнятості...
- Домогосподарка/домогосподар
- Учень/студент
- Пенсіонер
- Інше

До вторгнення Росії в Україну у лютому 2022 року, протягом останніх 3х років, Ви зазвичай відпочивали (періодичність):



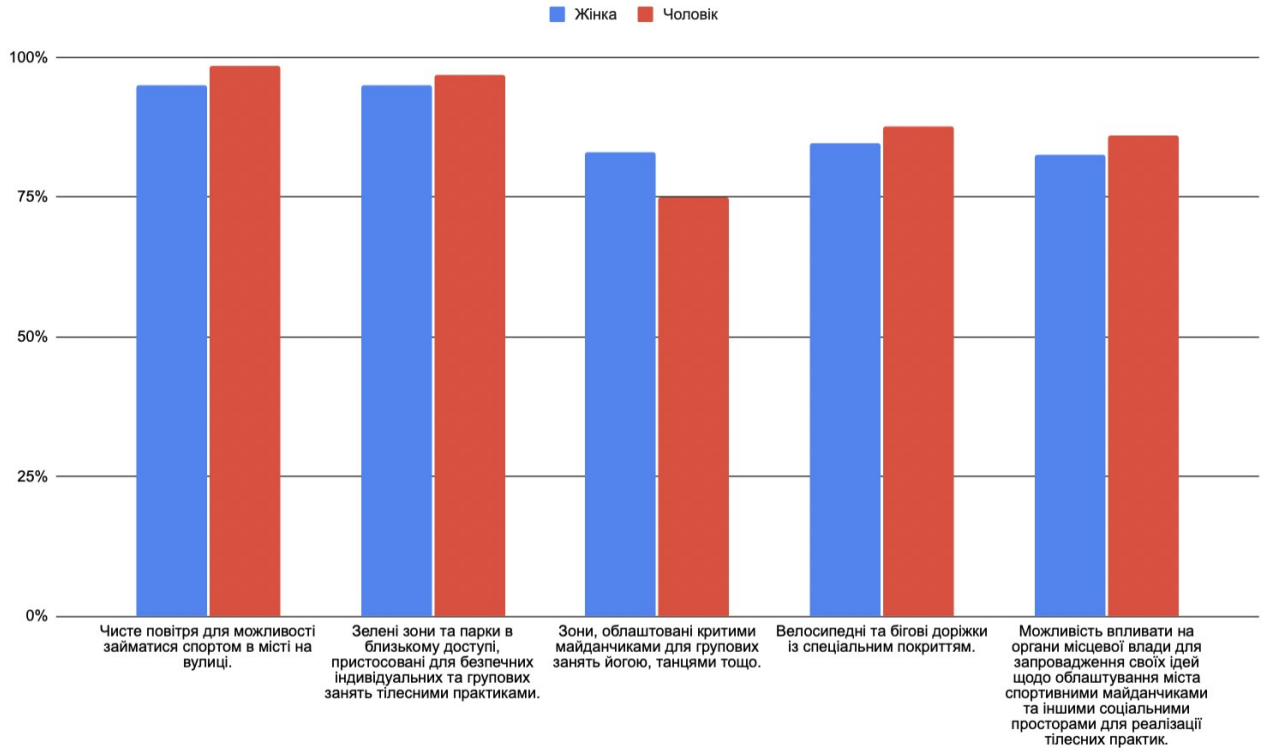
- три та більше разів на рік
- 1-2 рази на рік
- в мене не було можливості відпочивати

На час опитування респондент знаходиться:



- У власному домі/квартирі в Україні
- Переїхав/переїхала в інше місце проживання в Україні та налагодив/налагодила життя
- Виїхав/виїхала з України та регулярно пересуваюсь
- Виїхав/виїхала з України та тимчасово налагодив/налагодила життя в новій...
- Повернувся/повернулась в Україну
- Планую переїзд в інше місто чи країну

Додаток 21. Після перемоги України у цій війні, наскільки для Вас важливо, щоб у місті «вашої мрії», де Ви будете жити та розвиватись, були...?



Додаток 22. Таблиця факторного аналізу відповідей на запитання «З якою регулярністю Ви займаєтесь прийнятними для себе тілесними практиками?»

Rotated Component Matrix ^a							
	Component						
З якою регулярністю Ви займаєтесь прийнятними для себе «тілесними практиками»	1	2	3	4	5	6	7
[Відвідую спортивний зал]	,712	-,004	,242	,141	-,144	-,017	,027
[TRX]	,732	,133	,015	-,115	,080	,080	-,037
[Фітнес]	,717	,004	-,068	,027	,392	,043	-,080
[Йога]	,064	,723	-,052	,148	-,049	,009	,175
[Танці]	,069	,653	,252	-,142	,166	,075	,000
[Вивчення нової мови]	-,077	,545	-,090	,132	,416	,236	-,031
[Масаж тіла]	,193	,549	,350	,239	-,235	-,169	-,121
[Плавання]	,036	,106	,714	,008	-,135	,304	,150
[Застосування досягнень естетичної медицини (ін'єкції тощо)]	,170	,013	,698	-,094	,357	,020	,125
[Фізіотерапія/реабілітація]	,008	,169	,557	,345	,055	-,194	-,318
[Розмірковування над обраною задачею]	,119	,012	,008	,757	,203	,024	,218
[Читання книг]	-,083	,126	,036	,831	-,008	,132	-,019
[Косметологічний догляд (креми, маски, масаж обличчя)]	,164	,092	,145	,168	,750	-,068	,001
[Ігрові види спорту (футбол, баскетбол, волейбол тощо)]	,312	,161	,098	,062	-,362	,663	-,011
[Гру в шахи, інтелектуальні ігри]	-,051	-,002	,063	,084	,119	,760	-,015
[Профілактичний медичний огляд]	-,126	,047	,040	,128	,054	,019	,830
[Секс]	,362	,288	,207	,058	-,233	-,212	,461

Extraction Method: Principal Component Analysis.
Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.
a. Rotation converged in 10 iterations.

Додаток 23. Таблиця результатів факторного аналізу «Зв'язок тілесних практик з уявленнями про тілесність»

Correlations								
		REGR factor score 1 for analysis 1	REGR factor score 2 for analysis 1	REGR factor score 3 for analysis 1	REGR factor score 4 for analysis 1	REGR factor score 5 for analysis 1	REGR factor score 6 for analysis 1	REGR factor score 7 for analysis 1
Людське тіло для Вас це... [Символ]	Pearson Correlation	,011	,078	,045	-,090	,107	,062	,075
	Sig. (2-tailed)	,862	,205	,471	,143	,083	,315	,223
	N	264	264	264	264	264	264	264
Людське тіло для Вас це... [Образ]	Pearson Correlation	-,022	,155*	,001	,019	,037	,053	-,019
	Sig. (2-tailed)	,727	,012	,987	,756	,554	,391	,754
	N	264	264	264	264	264	264	264
Людське тіло для Вас це... [Ресурс]	Pearson Correlation	-,070	-,083	-,014	,011	-,090	-,020	-,047
	Sig. (2-tailed)	,256	,181	,825	,864	,144	,750	,443
	N	264	264	264	264	264	264	264
Людське тіло для Вас це... [Обтяжлива необхідність]	Pearson Correlation	-,095	-,006	-,039	,047	,037	-,059	-,081
	Sig. (2-tailed)	,123	,926	,531	,445	,545	,336	,187
	N	264	264	264	264	264	264	264
Людське тіло для Вас це... [Простір для різноманітних переживань]	Pearson Correlation	-,092	,022	,209**	-,091	-,069	-,103	,004
	Sig. (2-tailed)	,137	,718	,001	,138	,263	,093	,944
	N	264	264	264	264	264	264	264
Людське тіло для Вас це... [Машина]	Pearson Correlation	,066	-,006	,063	,035	,006	-,009	-,020
	Sig. (2-tailed)	,285	,926	,310	,575	,920	,881	,741
	N	264	264	264	264	264	264	264
Людське тіло для Вас це... [Інструмент для самопізнання]	Pearson Correlation	-,076	,000	,079	-,134*	-,094	-,066	,016
	Sig. (2-tailed)	,218	,996	,201	,030	,126	,283	,800
	N	264	264	264	264	264	264	264
Людське тіло для Вас це... [Інструмент для перетворення дійсності]	Pearson Correlation	-,001	,124*	-,030	-,105	-,065	-,050	-,026
	Sig. (2-tailed)	,989	,044	,626	,088	,295	,418	,671
	N	264	264	264	264	264	264	264
** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).								
* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).								

Додаток 24. Таблиця результатів кластерного аналізу для змінних блоку «Ваш тілесний досвід»

Clusters



Cluster	2	1
Label		
Description		
Size	54,5% (144)	45,5% (120)
Inputs	<p>Ваш тілесний досвід [Йога]: Практикую зараз Ні (81,9%)</p> <p>Ваш тілесний досвід [Медитація]: Практикую зараз Ні (72,9%)</p> <p>Ваш тілесний досвід [Секс]: Практикую зараз Так (61,8%)</p> <p>Ваш тілесний досвід [Масаж]: Практикую зараз Ні (70,1%)</p> <p>Ваш тілесний досвід [Ванни, спа]: Практикую зараз Ні (66,0%)</p> <p>Ваш тілесний досвід [Танці]: Практикую зараз Ні (88,9%)</p>	<p>Ваш тілесний досвід [Йога]: Практикую зараз Так (100,0%)</p> <p>Ваш тілесний досвід [Медитація]: Практикую зараз Так (90,8%)</p> <p>Ваш тілесний досвід [Секс]: Практикую зараз Так (99,2%)</p> <p>Ваш тілесний досвід [Масаж]: Практикую зараз Так (69,2%)</p> <p>Ваш тілесний досвід [Ванни, спа]: Практикую зараз Так (69,2%)</p> <p>Ваш тілесний досвід [Танці]: Практикую зараз Ні (60,8%)</p>

Зв'язок між кластерами та доходом:

Crosstab					
		ClusterExperience		Total	
		1	2		
Яку орієнтовно суму грошей Ви витрачаєте на одного члена родини у місяць	0-5000 грн	Count	15	31	46
		Expected Count	20.7	25.3	46.0
		% within ClusterExperience	13.0%	22.0%	18.0%
	5001-10000 грн	Count	17	36	53
		Expected Count	23.8	29.2	53.0
		% within ClusterExperience	14.8%	25.5%	20.7%
	10001-15000 грн	Count	11	19	30
		Expected Count	13.5	16.5	30.0
		% within ClusterExperience	9.6%	13.5%	11.7%
	15001-20000 грн	Count	15	20	35
		Expected Count	15.7	19.3	35.0
		% within ClusterExperience	13.0%	14.2%	13.7%

	20001-25000 грн	Count	6	14	20
		Expected Count	9.0	11.0	20.0
		% within ClusterExperience	5.2%	9.9%	7.8%
	25001-30000 грн	Count	16	9	25
		Expected Count	11.2	13.8	25.0
		% within ClusterExperience	13.9%	6.4%	9.8%
	30001+ грн	Count	35	12	47
		Expected Count	21.1	25.9	47.0
		% within ClusterExperience	30.4%	8.5%	18.4%
Total	Count	115	141	256	
	Expected Count	115.0	141.0	256.0	
	% within ClusterExperience	100.0%	100.0%	100.0%	

Chi-Square Tests			
	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	29,301 ^a	6	.000
Likelihood Ratio	29.911	6	.000
Linear-by-Linear Association	22.485	1	.000
N of Valid Cases	256		
a. 0 cells (0,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 8,98.			

Додаток 25. Матриця кореляцій: рівень тілесності та підліткові уявлення

	Наскільки Ви вважаєте себе тілесним/тілесною?	
	Spearman's rho	
Як Ви вважаєте, якою мірою вплинули на формування Ваших підліткових уявлень про тіло: [Батьки та родичі]	Spearman's rho	.059
	Sig. (2-tailed)	.339
	N	264
Як Ви вважаєте, якою мірою вплинули на формування Ваших підліткових уявлень про тіло: [Вчителі та викладачі]	Spearman's rho	,160**
	Sig. (2-tailed)	.009
	N	264
Як Ви вважаєте, якою мірою вплинули на формування Ваших підліткових уявлень про тіло: [Герої фільмів, актори, зірки шоу-бізнесу]	Spearman's rho	.063
	Sig. (2-tailed)	.307
	N	264
Як Ви вважаєте, якою мірою вплинули на формування Ваших підліткових уявлень про тіло: [Книги, комікси, плакати з журналів]	Spearman's rho	-.047
	Sig. (2-tailed)	.444
	N	264
Як Ви вважаєте, якою мірою вплинули на формування Ваших підліткових уявлень про тіло: [Спеціальні спортивні гуртки]	Spearman's rho	.075
	Sig. (2-tailed)	.224
	N	264
Як Ви вважаєте, якою мірою вплинули на формування Ваших підліткових уявлень про тіло: [Ровесники, друзі]	Spearman's rho	-.051
	Sig. (2-tailed)	.409
	N	264
Як Ви вважаєте, якою мірою вплинули на формування Ваших підліткових уявлень про тіло: [Інші культури]	Spearman's rho	.082
	Sig. (2-tailed)	.185
	N	264
** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		
* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).		

Додаток 26. Матриця кореляцій: тілесний досвід та людське тіло

		Ваш тілесний досвід: займався/лась до 18 років	Ваш тілесний досвід: займався/лась якийсь час	Ваш тілесний досвід: практикую зараз	Ваш тілесний досвід: ніколи не займався/лась
Людське тіло для Вас це... [Символ]	Spearman's rho	-0.095	-0.031	,142*	-0.072
	Sig. (2-tailed)	0.125	0.621	0.021	0.244
	N	264	264	264	264
Людське тіло для Вас це... [Образ]	Spearman's rho	-0.083	0.020	0.062	-0.048
	Sig. (2-tailed)	0.180	0.742	0.318	0.436
	N	264	264	264	264
Людське тіло для Вас це... [Ресурс]	Spearman's rho	-0.003	-0.072	-0.014	0.093
	Sig. (2-tailed)	0.959	0.243	0.821	0.133
	N	264	264	264	264
Людське тіло для Вас це... [Обтяжлива необхідність]	Spearman's rho	-0.009	-0.003	-0.096	,143*
	Sig. (2-tailed)	0.889	0.964	0.119	0.020
	N	264	264	264	264
Людське тіло для Вас це... [Простір для різноманітних переживань]	Spearman's rho	0.067	-0.028	,135*	-0.109
	Sig. (2-tailed)	0.279	0.652	0.029	0.078
	N	264	264	264	264
Людське тіло для Вас це... [Машина]	Spearman's rho	0.093	0.109	0.063	-,124*
	Sig. (2-tailed)	0.130	0.078	0.311	0.043
	N	264	264	264	264
Людське тіло для Вас це... [Інструмент для самопізнання]	Spearman's rho	0.033	-,121*	0.072	-0.013
	Sig. (2-tailed)	0.594	0.050	0.244	0.838
	N	264	264	264	264
Людське тіло для Вас це... [Інструмент для перетворення дійсності]	Spearman's rho	-0.114	-,215**	0.005	,137*
	Sig. (2-tailed)	0.065	0.000	0.929	0.026
	N	264	264	264	264
* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).					
** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).					

Додаток 27. Матриця кореляцій: тілесний досвід та відповідність уявлення про тілесність

		Ваш тілесний досвід: займався/лась до 18 років	Ваш тілесний досвід: займався/лась якийсь час	Ваш тілесний досвід: практикую зараз	Ваш тілесний досвід: ніколи не займався/лась
На Ваш погляд, наскільки Ви самі відповідаєте своєму уявленню про тілесно привабливу людину за кожним з параметрів? [Здоров'я]	Spearman's rho	-0.029	-0.002	,276**	-,146*
	Sig. (2-tailed)	0.641	0.980	0.000	0.018
	N	264	264	264	264
На Ваш погляд, наскільки Ви самі відповідаєте своєму уявленню про тілесно привабливу людину за кожним з параметрів? [Сексуальність]	Spearman's rho	0.010	-0.003	,305**	-,203**
	Sig. (2-tailed)	0.875	0.959	0.000	0.001
	N	264	264	264	264
На Ваш погляд, наскільки Ви самі відповідаєте своєму уявленню про тілесно привабливу людину за кожним з параметрів? [Стильний вигляд]	Spearman's rho	0.042	-0.092	,196**	-0.090
	Sig. (2-tailed)	0.499	0.138	0.001	0.146
	N	264	264	264	264
На Ваш погляд, наскільки Ви самі відповідаєте своєму уявленню про тілесно привабливу людину за кожним з параметрів? [Витривалість, дисциплінованість тіла]	Spearman's rho	0.089	-0.017	,192**	-,121*
	Sig. (2-tailed)	0.148	0.783	0.002	0.050
	N	264	264	264	264
На Ваш погляд, наскільки Ви самі відповідаєте своєму уявленню про тілесно привабливу людину за кожним з параметрів? [Здатність привертати до себе увагу]	Spearman's rho	0.063	-0.042	,214**	-,173**
	Sig. (2-tailed)	0.311	0.497	0.000	0.005
	N	264	264	264	264
На Ваш погляд, наскільки Ви самі відповідаєте своєму уявленню про тілесно привабливу людину за кожним з параметрів? [Плавність, гармонійність рухів]	Spearman's rho	0.038	,123*	0.104	-,152*
	Sig. (2-tailed)	0.544	0.045	0.093	0.014
	N	264	264	264	264
На Ваш погляд, наскільки Ви самі відповідаєте своєму уявленню про тілесно привабливу людину за кожним з параметрів? [Граціозна постать]	Spearman's rho	0.066	,143*	,182**	-,215**
	Sig. (2-tailed)	0.284	0.020	0.003	0.000
	N	264	264	264	264
На Ваш погляд, наскільки Ви самі відповідаєте своєму уявленню про тілесно привабливу людину за кожним з параметрів? [Красива хода]	Spearman's rho	0.020	,167**	0.108	-,186**
	Sig. (2-tailed)	0.746	0.006	0.081	0.002
	N	264	264	264	264
На Ваш погляд, наскільки Ви самі відповідаєте своєму уявленню про тілесно привабливу людину за кожним з параметрів? [Відкритість]	Spearman's rho	0.112	-0.021	,161**	-,164**
	Sig. (2-tailed)	0.069	0.739	0.009	0.008
	N	264	264	264	264
На Ваш погляд, наскільки Ви самі відповідаєте своєму	Spearman's rho	0.054	-0.091	,289**	-,171**

уявленню про тілесно привабливу людину за кожним з параметрів? [Тілесна чутливість]	Sig. (2-tailed)	0.384	0.142	0.000	0.005
	N	264	264	264	264
*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).					
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).					

Додаток 28. Матриця кореляцій: тілесний досвід та рівень тілесності

	Наскільки Ви вважаєте себе тілесним/тілесною?	
Ваш тілесний досвід: займався/лась до 18 років	Pearson Correlation	.018
	Sig. (2-tailed)	.766
	N	264
Ваш тілесний досвід: займався/лась якийсь час	Pearson Correlation	-.016
	Sig. (2-tailed)	.790
	N	264
Ваш тілесний досвід: практикую зараз	Pearson Correlation	,219**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	264
Ваш тілесний досвід: ніколи не займався/лась	Pearson Correlation	-,158*
	Sig. (2-tailed)	.010
	N	264
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		
*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).		

**Додаток 29. Матриця кореляцій: тілесний досвід та
«Наскільки Вам подобається кожна з частин Вашого тіла?»**

		Ваш тілесний досвід: практикую зараз	Ваш тілесний досвід: ніколи не займався/лась
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Волосся]	Spearman's rho	.072	-.047
	Sig. (2-tailed)	.242	.444
	N	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Вираз обличчя]	Spearman's rho	,182**	-,181**
	Sig. (2-tailed)	.003	.003
	N	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Очі]	Spearman's rho	,181**	-.017
	Sig. (2-tailed)	.003	.785
	N	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Губи]	Spearman's rho	,166**	-.074
	Sig. (2-tailed)	.007	.228
	N	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Доглянутість та здоровість шкіри]	Spearman's rho	,158**	-,182**
	Sig. (2-tailed)	.010	.003
	N	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Наявність макіяжу, манікюру, педикюру]	Spearman's rho	.112	.010
	Sig. (2-tailed)	.069	.871
	N	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Гармонійність, злагодженість та плавність фізичних рухів]	Spearman's rho	,124*	-,216**
	Sig. (2-tailed)	.045	.000
	N	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Пропорції тіла]	Spearman's rho	,259**	-,199**
	Sig. (2-tailed)	.000	.001
	N	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Груди/торс]	Spearman's rho	,225**	-,153*
	Sig. (2-tailed)	.000	.013
	N	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Форма рук]	Spearman's rho	.057	-.024
	Sig. (2-tailed)	.354	.693
	N	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Живіт/талія]	Spearman's rho	,215**	-.114
	Sig. (2-tailed)	.000	.065
	N	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та	Spearman's rho	,221**	-,161**

параметрів власного тіла? [Сідниці]	Sig. (2-tailed)	.000	.009
	N	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Ноги]	Spearman's rho	.119	-.082
	Sig. (2-tailed)	.054	.183
	N	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Стильність одягу]	Spearman's rho	.084	-.043
	Sig. (2-tailed)	.172	.491
	N	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Спортивний вигляд]	Spearman's rho	.317**	-.338**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000
	N	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Вага]	Spearman's rho	.106	-.071
	Sig. (2-tailed)	.085	.250
	N	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Зріст]	Spearman's rho	.051	.009
	Sig. (2-tailed)	.411	.885
	N	264	264
*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).			
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).			

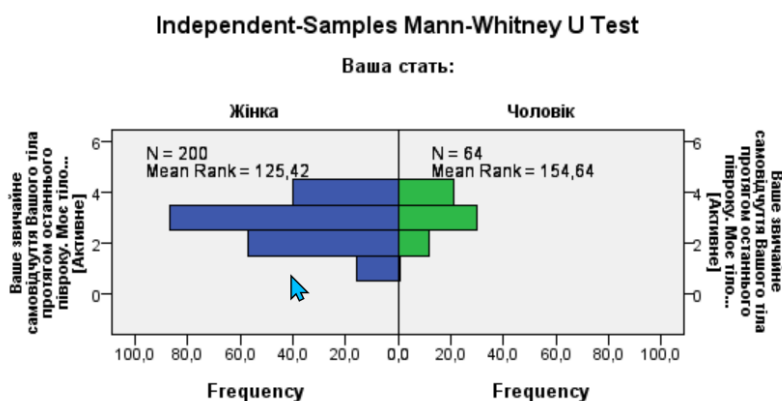
Додаток 30. Матриця кореляцій: сприйняття тілесності та вік респондента

		Вік респондента: згрупована змінна
Я вважаю людину «тілесною», якщо вона... (1) [має тіло]	Corr. Coeff.	.021
	Sig. (2-tailed)	.693
	N	263
Я вважаю людину «тілесною», якщо вона... (1) [має красиву зовнішність]	Corr. Coeff.	,149**
	Sig. (2-tailed)	.005
	N	263
Я вважаю людину «тілесною», якщо вона... (1) [має здоровий вигляд]	Corr. Coeff.	.091
	Sig. (2-tailed)	.092
	N	263
Я вважаю людину «тілесною», якщо вона... (1) [вміє робити масаж]	Corr. Coeff.	,153**
	Sig. (2-tailed)	.004
	N	263
Я вважаю людину «тілесною», якщо вона... (1) [дотримується трендів ЗОЖ]	Corr. Coeff.	,147**
	Sig. (2-tailed)	.006
	N	263
Я вважаю людину «тілесною», якщо вона... (1) [не їсть м'яса]	Corr. Coeff.	.011
	Sig. (2-tailed)	.840
	N	263
Я вважаю людину «тілесною», якщо вона... (1) [не курить]	Corr. Coeff.	.019
	Sig. (2-tailed)	.717
	N	263
Я вважаю людину «тілесною», якщо вона... (1) [не вживає алкоголь]	Corr. Coeff.	-.009
	Sig. (2-tailed)	.870
	N	263
Я вважаю людину «тілесною», якщо вона... (2) [емоції якої відповідають проявам тіла]	Corr. Coeff.	-.031
	Sig. (2-tailed)	.567
	N	263
Я вважаю людину «тілесною», якщо вона... (2) [має екстрасенсорні здібності]	Corr. Coeff.	-,147**
	Sig. (2-tailed)	.006
	N	263
Я вважаю людину «тілесною», якщо вона... (2) [вміє прислухатися до потреб свого тіла]	Corr. Coeff.	.031
	Sig. (2-tailed)	.588
	N	263
Я вважаю людину «тілесною», якщо вона... (2) [вивчає тему тіла та тілесності]	Corr. Coeff.	.081
	Sig. (2-tailed)	.131
	N	263
Я вважаю людину «тілесною», якщо вона... (2) [тонко відчуває свої бажання, втілює їх]	Corr. Coeff.	-.021
	Sig. (2-tailed)	.702
	N	263
Я вважаю людину «тілесною», якщо вона... (2) [розуміє зв'язок між емоціями та фізичними проявами тіла]	Corr. Coeff.	-.037
	Sig. (2-tailed)	.514
	N	263
Я вважаю людину «тілесною», якщо вона... (2)	Corr. Coeff.	.089

[знається на медичних аспектах тіла]	Sig. (2-tailed)	.094
	N	263
Я вважаю людину «тілесною», якщо вона... (3) [приділяє багато уваги турботі про здоров'я]	Corr. Coeff.	-.041
	Sig. (2-tailed)	.447
	N	263
Я вважаю людину «тілесною», якщо вона... (3) [має спортивну фізичну форму]	Corr. Coeff.	.060
	Sig. (2-tailed)	.266
	N	263
Я вважаю людину «тілесною», якщо вона... (3) [професійно займається спортом]	Corr. Coeff.	-,121*
	Sig. (2-tailed)	.023
	N	263
Я вважаю людину «тілесною», якщо вона... (3) [може презентувати себе у вигідному світлі]	Corr. Coeff.	-.043
	Sig. (2-tailed)	.420
	N	263
Я вважаю людину «тілесною», якщо вона... (3) [може легко оперувати своїм тілом задля досягнення своїх цілей]	Corr. Coeff.	-.085
	Sig. (2-tailed)	.117
	N	263
Я вважаю людину «тілесною», якщо вона... (3) [з легкістю експериментує з власними тілесними можливостями]	Corr. Coeff.	.011
	Sig. (2-tailed)	.842
	N	263
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		
*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).		

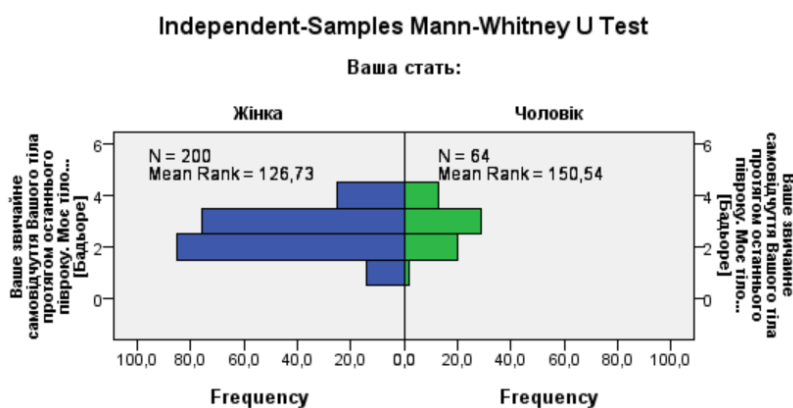
Додаток 31. Різниця між статтю та «звичайним самовідчуттям тіла» протягом останнього півроку

Результати аналізу припущення: різниця між «Активним» самопочуття тіла та статтю респондента.



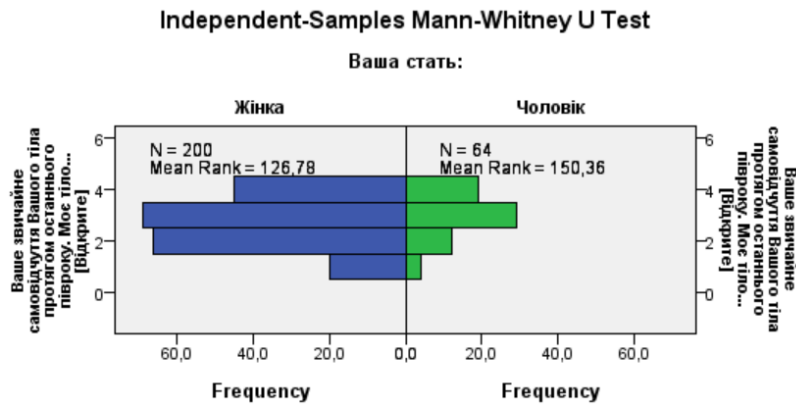
Total N	264
Mann-Whitney U	7 817,000
Wilcoxon W	9 897,000
Test Statistic	7 817,000
Standard Error	499,456
Standardized Test Statistic	2,837
Asymptotic Sig. (2-sided test)	,005

Результати аналізу припущення: різниця між «Бадьорим» самопочуття тіла та статтю респондента.



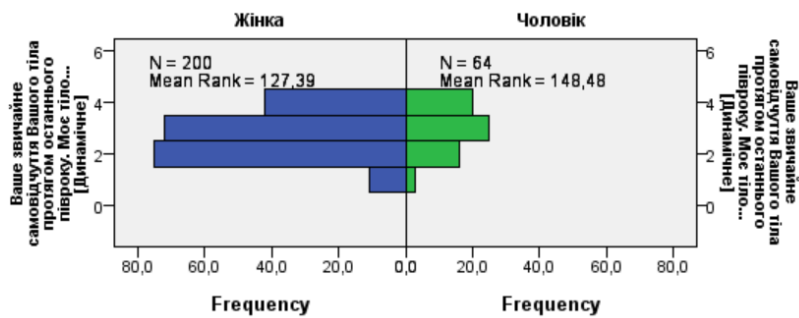
Total N	264
Mann-Whitney U	7 554,500
Wilcoxon W	9 634,500
Test Statistic	7 554,500
Standard Error	496,182
Standardized Test Statistic	2,327
Asymptotic Sig. (2-sided test)	,020

Результати аналізу припущення: різниця між «Відкритим» самопочуття тіла та статтю респондента.



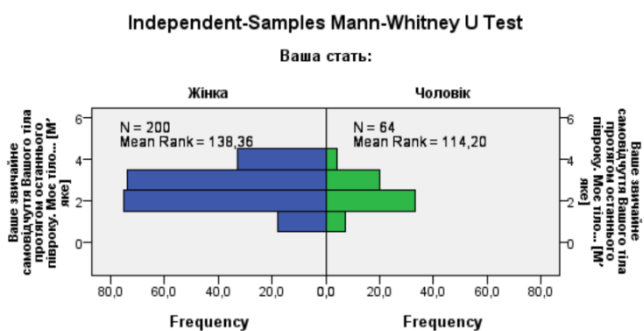
Total N	264
Mann-Whitney U	7 543,000
Wilcoxon W	9 623,000
Test Statistic	7 543,000
Standard Error	506,637
Standardized Test Statistic	2,256
Asymptotic Sig. (2-sided test)	,024

Результати аналізу припущення: різниця між «Динамічне» самопочуття тіла та статтю респондента.



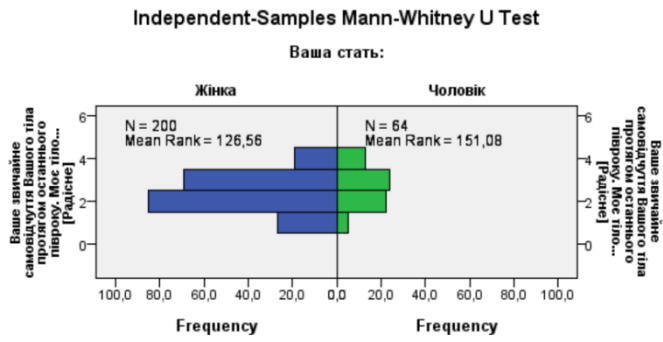
Total N	264
Mann-Whitney U	7 422,500
Wilcoxon W	9 502,500
Test Statistic	7 422,500
Standard Error	503,358
Standardized Test Statistic	2,031
Asymptotic Sig. (2-sided test)	,042

Результати аналізу припущення: різниця між «М'яке» самопочуття тіла та статтю респондента.



Total N	264
Mann-Whitney U	5 228,500
Wilcoxon W	7 308,500
Test Statistic	5 228,500
Standard Error	499,540
Standardized Test Statistic	-2,345
Asymptotic Sig. (2-sided test)	,019

Результати аналізу припущення: різниця між «Радісне» самопочуття тіла та статтю респондента.



Total N	264
Mann-Whitney U	7 589,000
Wilcoxon W	9 669,000
Test Statistic	7 589,000
Standard Error	500,487
Standardized Test Statistic	2,376
Asymptotic Sig. (2-sided test)	,018

Додаток 32. Матриця кореляцій: сприйняття власних частин/параметрів тіла та рівень тілесності

		Наскільки Ви вважаєте себе тілесним/тілесною?
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Волосся]	Spearman's rho	.093
	Sig. (2-tailed)	.131
	N	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Вираз обличчя]	Spearman's rho	,226**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Очі]	Spearman's rho	,201**
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Губи]	Spearman's rho	,129*
	Sig. (2-tailed)	.036
	N	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Доглянутість та здоровість шкіри]	Spearman's rho	,255**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Наявність макіяжу, манікюру, педикюру]	Spearman's rho	,126*
	Sig. (2-tailed)	.041
	N	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Гармонійність, злагодженість та плавність фізичних рухів]	Spearman's rho	,348**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Пропорції тіла]	Spearman's rho	,286**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Груди/торс]	Spearman's rho	,252**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Форма рук]	Spearman's rho	,243**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Живіт/талія]	Spearman's rho	,283**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Сідниці]	Spearman's rho	,236**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Ноги]	Spearman's rho	,170**
	Sig. (2-tailed)	.006
	N	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Стильність одягу]	Spearman's rho	.079
	Sig. (2-tailed)	.203
	N	264

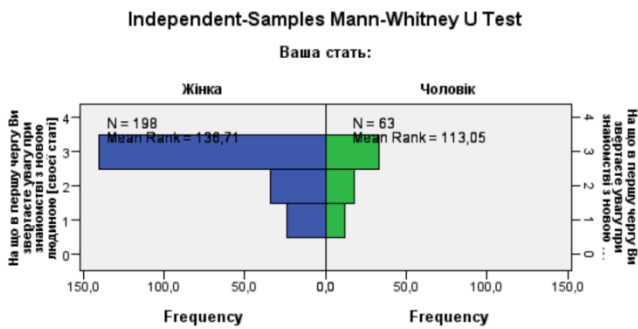
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Спортивний вигляд]	Spearman's rho	,190**
	Sig. (2-tailed)	.002
	N	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Вага]	Spearman's rho	,153*
	Sig. (2-tailed)	.013
	N	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Зріст]	Spearman's rho	,139*
	Sig. (2-tailed)	.024
	N	264
** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		
* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).		

Додаток 33. Матриця кореляцій: відповідність власним уявленням щодо тілесності та самооцінка рівня тілесності

		Наскільки Ви вважаєте себе тілесним/тілесною?
На Ваш погляд, наскільки Ви самі відповідаєте своєму уявленню про тілесно привабливу людину за кожним з параметрів? [Здоров'я]	Spearman's rho	,223**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	264
На Ваш погляд, наскільки Ви самі відповідаєте своєму уявленню про тілесно привабливу людину за кожним з параметрів? [Сексуальність]	Spearman's rho	,334**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	264
На Ваш погляд, наскільки Ви самі відповідаєте своєму уявленню про тілесно привабливу людину за кожним з параметрів? [Стильний вигляд]	Spearman's rho	,147*
	Sig. (2-tailed)	.017
	N	264
На Ваш погляд, наскільки Ви самі відповідаєте своєму уявленню про тілесно привабливу людину за кожним з параметрів? [Витривалість, дисциплінованість тіла]	Spearman's rho	,149*
	Sig. (2-tailed)	.016
	N	264
На Ваш погляд, наскільки Ви самі відповідаєте своєму уявленню про тілесно привабливу людину за кожним з параметрів? [Здатність привертати до себе увагу]	Spearman's rho	,244**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	264
На Ваш погляд, наскільки Ви самі відповідаєте своєму уявленню про тілесно привабливу людину за кожним з параметрів? [Плавність, гармонійність рухів]	Spearman's rho	,265**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	264
На Ваш погляд, наскільки Ви самі відповідаєте своєму уявленню про тілесно привабливу людину за кожним з параметрів? [Граціозна постать]	Spearman's rho	,331**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	264
На Ваш погляд, наскільки Ви самі відповідаєте своєму уявленню про тілесно привабливу людину за кожним з параметрів? [Красива хода]	Spearman's rho	,260**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	264
На Ваш погляд, наскільки Ви самі відповідаєте своєму уявленню про тілесно привабливу людину за кожним з параметрів? [Відкритість]	Spearman's rho	,206**
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	264
На Ваш погляд, наскільки Ви самі відповідаєте своєму уявленню про тілесно привабливу людину за кожним з параметрів? [Тілесна чутливість]	Spearman's rho	,410**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	264
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		
*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).		

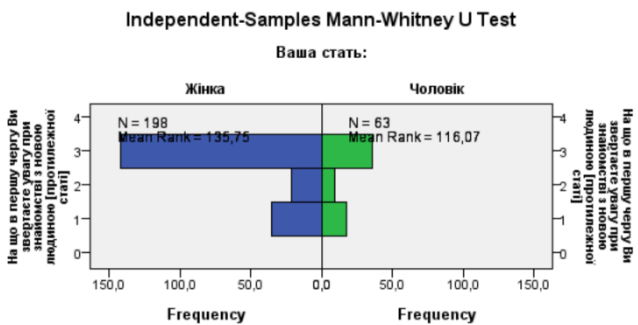
Додаток 34. Результати аналізу припущення: існує різниця у тому, на що звертають увагу при знайомстві з новою ЛЮДИНОЮ

Своїєї статі та статтю респондента:



Total N	261
Mann-Whitney U	5 106,000
Wilcoxon W	7 122,000
Test Statistic	5 106,000
Standard Error	436,086
Standardized Test Statistic	-2,594
Asymptotic Sig. (2-sided test)	,009

Протилежної статі та статтю респондента:



Total N	261
Mann-Whitney U	5 296,500
Wilcoxon W	7 312,500
Test Statistic	5 296,500
Standard Error	428,097
Standardized Test Statistic	-2,197
Asymptotic Sig. (2-sided test)	,028

Додаток 35. Матриця кореляцій: регулярність тілесних практик та рівень тілесності

		Наскільки Ви вважаєте себе тілесним/тілесною?
З якою регулярністю Ви займаєтесь тілесними практиками: Ніколи	Pearson Correlation	-,179**
	Sig. (2-tailed)	.003
	N	264
З якою регулярністю Ви займаєтесь тілесними практиками: Рідко	Pearson Correlation	-.039
	Sig. (2-tailed)	.528
	N	264
З якою регулярністю Ви займаєтесь тілесними практиками: 1 раз/тиждень	Pearson Correlation	,124*
	Sig. (2-tailed)	.045
	N	264
З якою регулярністю Ви займаєтесь тілесними практиками: 2-3 рази/тиждень	Pearson Correlation	.087
	Sig. (2-tailed)	.159
	N	264
З якою регулярністю Ви займаєтесь тілесними практиками: 4-5 разів/тиждень	Pearson Correlation	.081
	Sig. (2-tailed)	.187
	N	264
З якою регулярністю Ви займаєтесь тілесними практиками: Кожен день	Pearson Correlation	,125*
	Sig. (2-tailed)	.043
	N	264
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		
*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).		

Додаток 36. Матриця кореляцій: регулярність тілесних практик та «задоволення частинами та параметрами власного тіла»

		З якою регулярністю Ви займаєтесь тілесними практиками:					
		Ніколи	Рідко	1 раз на тиждень	2-3 рази на тиждень	4-5 разів на тиждень	Кожен день
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Волосся]	Spearman's rho	.000	-.097	.020	-.015	.116	.047
	Sig. (2-tailed)	.995	.115	.744	.804	.060	.446
	N	264	264	264	264	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Вираз обличчя]	Spearman's rho	-,130*	-.044	.092	,164**	,139*	.030
	Sig. (2-tailed)	.034	.479	.134	.007	.024	.627
	N	264	264	264	264	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Очі]	Spearman's rho	-.097	-.116	.112	.026	,149*	,203**
	Sig. (2-tailed)	.114	.060	.069	.671	.015	.001
	N	264	264	264	264	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Губи]	Spearman's rho	-.110	-.088	.101	-.024	.088	,132*
	Sig. (2-tailed)	.074	.154	.100	.703	.154	.032
	N	264	264	264	264	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Доглянутість та здоровість шкіри]	Spearman's rho	-,183**	.024	.089	.112	-.001	.048
	Sig. (2-tailed)	.003	.694	.151	.068	.989	.438
	N	264	264	264	264	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Наявність макіяжу, манікюру, педикюру]	Spearman's rho	-.100	.003	.075	.059	.067	.048
	Sig. (2-tailed)	.106	.967	.227	.336	.278	.436
	N	264	264	264	264	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Гармонійність, злагодженість та плавність фізичних рухів]	Spearman's rho	-.092	-.094	.048	.061	.018	.109
	Sig. (2-tailed)	.136	.128	.441	.322	.772	.078
	N	264	264	264	264	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Пропорції тіла]	Spearman's rho	-,167**	-.089	.110	,185**	,149*	.018
	Sig. (2-tailed)	.007	.150	.075	.003	.015	.773
	N	264	264	264	264	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Груди/торс]	Spearman's rho	-,153*	-.057	,124*	.087	.103	.078
	Sig. (2-tailed)	.013	.355	.044	.157	.094	.209
	N	264	264	264	264	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Форма рук]	Spearman's rho	.019	-,169**	.094	.060	,146*	.012
	Sig. (2-	.755	.006	.128	.331	.018	.841

	tailed)						
	N	264	264	264	264	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Живіт/талія]	Spearman's rho	-,165**	-.060	.051	,129*	.089	.102
	Sig. (2-tailed)	.007	.329	.406	.036	.149	.097
	N	264	264	264	264	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Сідниці]	Spearman's rho	-,183**	.012	.007	.089	.032	,152*
	Sig. (2-tailed)	.003	.847	.914	.147	.602	.014
	N	264	264	264	264	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Ноги]	Spearman's rho	-.012	-.044	.036	.048	.007	.007
	Sig. (2-tailed)	.850	.478	.560	.439	.914	.904
	N	264	264	264	264	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Стильність одягу]	Spearman's rho	-.070	-.100	.059	,180**	.047	.046
	Sig. (2-tailed)	.254	.104	.343	.003	.446	.454
	N	264	264	264	264	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Спортивний вигляд]	Spearman's rho	-,282**	.012	,136*	,213**	.103	.077
	Sig. (2-tailed)	.000	.849	.027	.001	.096	.213
	N	264	264	264	264	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Вага]	Spearman's rho	-.049	-.066	.050	.049	.069	.004
	Sig. (2-tailed)	.427	.283	.414	.427	.261	.943
	N	264	264	264	264	264	264
Наскільки Вам подобається кожна з частин та параметрів власного тіла? [Зріст]	Spearman's rho	.032	-,144*	-.004	.066	,188**	-.015
	Sig. (2-tailed)	.601	.019	.946	.285	.002	.809
	N	264	264	264	264	264	264
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).							
*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).							

**Додаток 37. Результати тестування припущення про
відмінність між статтю та тим, заради чого респондент
займається тілесними практиками**

Crosstab						
			Ваша стать:		Total	
			Жінка	Чоловік		
Заради чого Ви займаєтесь тілесними практиками? [Мені подобається дізнаватись нове про можливості та обмеження власного тіла]	Ні, зовсім не так	Count	20	1	21	
		Expected Count	15,9	5,1	21,0	
		% within Ваша стать:	10,0%	1,6%	8,0%	
	Скоріше ні, чим так	Count	35	17	52	
		Expected Count	39,4	12,6	52,0	
		% within Ваша стать:	17,5%	26,6%	19,7%	
	Скоріше так, чим ні	Count	66	18	84	
		Expected Count	63,6	20,4	84,0	
		% within Ваша стать:	33,0%	28,1%	31,8%	
	Так, це про мене	Count	79	28	107	
		Expected Count	81,1	25,9	107,0	
		% within Ваша стать:	39,5%	43,8%	40,5%	
	Total		Count	200	64	264
			Expected Count	200,0	64,0	264,0
			% within Ваша стать:	100,0%	100,0%	100,0%

Chi-Square Tests			
	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	6,939 ^a	3	,074
Likelihood Ratio	8,372	3	,039
Linear-by-Linear Association	,766	1	,382
N of Valid Cases	264		
a. 0 cells (0,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 5,09.			

Додаток 38. Матриця кореляцій: причини занять тілесними практиками та вік

		Вік респондента (перекодована змінна)
Заради чого Ви займаєтесь тілесними практиками? [Хочу бути здоровим]	Spearman's rho	.013
	Sig. (2-tailed)	.835
	N	263
Заради чого Ви займаєтесь тілесними практиками? [Хочу відчувати себе молодим]	Spearman's rho	,125*
	Sig. (2-tailed)	.042
	N	263
Заради чого Ви займаєтесь тілесними практиками? [Хочу бути сучасним]	Spearman's rho	.064
	Sig. (2-tailed)	.300
	N	263
Заради чого Ви займаєтесь тілесними практиками? [Все мое оточення так робить, не хочу відставати]	Spearman's rho	-.008
	Sig. (2-tailed)	.903
	N	263
Заради чого Ви займаєтесь тілесними практиками? [Хочу досягти власних очікувань щодо привабливості свого тіла]	Spearman's rho	-,174**
	Sig. (2-tailed)	.005
	N	263
Заради чого Ви займаєтесь тілесними практиками? [Заради впливу на свій внутрішній емоційний стан]	Spearman's rho	.034
	Sig. (2-tailed)	.581
	N	263
Заради чого Ви займаєтесь тілесними практиками? [Так я відчуваю себе більш сексуальним]	Spearman's rho	-.026
	Sig. (2-tailed)	.674
	N	263
Заради чого Ви займаєтесь тілесними практиками? [Мені подобається сам процес]	Spearman's rho	.036
	Sig. (2-tailed)	.561
	N	263
Заради чого Ви займаєтесь тілесними практиками? [Хочу мати спортивне, сильне, витривале тіло]	Spearman's rho	-,141*
	Sig. (2-tailed)	.022
	N	263
Заради чого Ви займаєтесь тілесними практиками? [Мені подобається дізнаватись нове про можливості та обмеження власного тіла]	Spearman's rho	-.068
	Sig. (2-tailed)	.272
	N	263
Заради чого Ви займаєтесь тілесними практиками? [Це допомагає концентрації уваги]	Spearman's rho	.006
	Sig. (2-tailed)	.926
	N	263
Заради чого Ви займаєтесь тілесними практиками? [Це підіймає мені настрій]	Spearman's rho	.101
	Sig. (2-tailed)	.101
	N	263
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		
*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).		

Додаток 39. Результати тестування припущення про відмінність між статтю та супутніми інтересами тілесних практик [Флірт]

Які супутні інтереси Ви переслідуєте під час тілесних практик: Флірт * Ваша стать: Crosstabulation					
			Ваша стать:		Total
			Жінка	Чоловік	
Які супутні інтереси Ви переслідуєте під час тілесних практик: Флірт	Ні	Count	161	39	200
		% within Ваша стать:	80,5%	60,9%	75,8%
	Так	Count	39	25	64
		% within Ваша стать:	19,5%	39,1%	24,2%
Total		Count	200	64	264
		% within Ваша стать:	100,0%	100,0%	100,0%

Symmetric Measures			
		Value	Approximate Significance
Nominal by Nominal	Phi	,196	,001
	Cramer's V	,196	,001
N of Valid Cases		264	

Додаток 40. Результати тестування припущень про відмінність між статтю та частиною тіла, котрій приділяє увагу респондент під час тілесних практик

Обличчя:

Якій частині свого тіла Ви приділяєте найбільшу увагу, коли займаєтесь тілесними практиками: Обличчю * Ваша стать: Crosstabulation					
			Ваша стать:		Total
			Жінка	Чоловік	
Якій частині свого тіла Ви приділяєте найбільшу увагу, коли займаєтесь тілесними практиками: Обличчю	Ні	Count	100	57	157
		% within Ваша стать:	50,0%	89,1%	59,5%
	Так	Count	100	7	107
		% within Ваша стать:	50,0%	10,9%	40,5%
Total		Count	200	64	264
		% within Ваша стать:	100,0%	100,0%	100,0%

Symmetric Measures			
		Value	Approximate Significance
Nominal by Nominal	Phi	-,341	,000
	Cramer's V	,341	,000
N of Valid Cases		264	

Руки:

Якій частині свого тіла Ви приділяєте найбільшу увагу, коли займаєтесь тілесними практиками: Рукам * Ваша стать: Crosstabulation					
			Ваша стать:		Total
			Жінка	Чоловік	
Якій частині свого тіла Ви приділяєте найбільшу увагу, коли займаєтесь тілесними практиками: Рукам	Ні	Count	139	23	162
		% within Ваша стать:	69,5%	35,9%	61,4%
	Так	Count	61	41	102
		% within Ваша стать:	30,5%	64,1%	38,6%
Total		Count	200	64	264
		% within Ваша стать:	100,0%	100,0%	100,0%

Symmetric Measures			
		Value	Approximate Significance
Nominal by Nominal	Phi	,295	,000
	Cramer's V	,295	,000
N of Valid Cases		264	

Груди/торс:

Якій частині свого тіла Ви приділяєте найбільшу увагу, коли займаєтесь тілесними практиками: Грудем/торсу * Ваша стать: Crosstabulation					
			Ваша стать:		Total
			Жінка	Чоловік	
Якій частині свого тіла Ви приділяєте найбільшу увагу, коли займаєтесь тілесними практиками: Грудем/торсу	Ні	Count	155	20	175
		% within Ваша стать:	77,5%	31,3%	66,3%
	Так	Count	45	44	89
		% within Ваша стать:	22,5%	68,8%	33,7%
Total		Count	200	64	264
		% within Ваша стать:	100,0%	100,0%	100,0%

Symmetric Measures			
		Value	Approximate Significance
Nominal by Nominal	Phi	,419	,000
	Cramer's V	,419	,000
N of Valid Cases		264	

Живіт/талія:

Якій частині свого тіла Ви приділяєте найбільшу увагу, коли займаєтесь тілесними практиками: Живіт/талія * Ваша стать: Crosstabulation					
			Ваша стать:		Total
			Жінка	Чоловік	
Якій частині свого тіла Ви приділяєте найбільшу увагу, коли займаєтесь тілесними практиками: Живіт/талія	Ні	Count	78	36	114
		% within Ваша стать:	39,0%	56,3%	43,2%
	Так	Count	122	28	150
		% within Ваша стать:	61,0%	43,8%	56,8%
Total		Count	200	64	264
		% within Ваша стать:	100,0%	100,0%	100,0%

Symmetric Measures			
		Value	Approximate Significance
Nominal by Nominal	Phi	-,149	,015
	Cramer's V	,149	,015
N of Valid Cases		264	

Сідниці:

Якій частині свого тіла Ви приділяєте найбільшу увагу, коли займаєтесь тілесними практиками: Сідницям * Ваша стать: Crosstabulation					
			Ваша стать:		Total
			Жінка	Чоловік	

Якій частині свого тіла Ви приділяєте найбільшу увагу, коли займаєтесь тілесними практиками: Сідницям	Ні	Count	83	47	130
		% within Ваша стать:	41,5%	73,4%	49,2%
	Так	Count	117	17	134
		% within Ваша стать:	58,5%	26,6%	50,8%
Total		Count	200	64	264
		% within Ваша стать:	100,0%	100,0%	100,0%

Symmetric Measures			
		Value	Approximate Significance
Nominal by Nominal	Phi	-,274	,000
	Cramer's V	,274	,000
N of Valid Cases		264	

Шкіра:

Якій частині свого тіла Ви приділяєте найбільшу увагу, коли займаєтесь тілесними практиками: Шкірі * Ваша стать: Crosstabulation					
			Ваша стать:		Total
			Жінка	Чоловік	
Якій частині свого тіла Ви приділяєте найбільшу увагу, коли займаєтесь тілесними практиками: Шкірі	Ні	Count	111	58	169
		% within Ваша стать:	55,5%	90,6%	64,0%
	Так	Count	89	6	95
		% within Ваша стать:	44,5%	9,4%	36,0%
Total		Count	200	64	264
		% within Ваша стать:	100,0%	100,0%	100,0%

Symmetric Measures			
		Value	Approximate Significance
Nominal by Nominal	Phi	-,314	,000
	Cramer's V	,314	,000
N of Valid Cases		264	