УДК
159.9:687

АЛЬОНА ТИХОМИРОВА, МИКОЛА КОВАЛЬСЬКИЙ
Київський національний університет технології та дизайну, Україна

КОГНІТИВНИЙ ДИСОНАНС У ВБРАННІ: КОЛИ ОСОБИСТИЙ СТИЛЬ СУПЕРЕЧИТЬ ВНУТРІШНІМ ПЕРЕКОНАННЯМ

Мета. *Проаналізувати психологічні аспекти когнітивного дисонансу, що виникає при невідповідності особистого стилю внутрішнім переконанням, та визначити стратегії його подолання.*

Ключові слова: *когнітивний дисонанс, психологія моди, особистий стиль, ідентичність, самосприйняття.*

Постановка завдання. Розкриття психологічних механізмів виникнення дисонансу між особистим стилем та внутрішніми переконаннями, аналіз його впливу на особисту ідентичність і запропонування ефективних стратегій подолання цього явища.

Методи досліджень. Для виконання поставленого завдання використано теоретичний аналіз наукових джерел з психології моди та когнітивного дисонансу.

Результати досліджень.

Теорія когнітивного дисонансу Л. Фестінгера [1] знаходить нове застосування в дослідженнях психології моди. Згідно з сучасними концепціями (Harmon-Jones & Mills), дисонанс у сфері одягу виникає, коли:

- індивід носить одяг, що суперечить його моральним або етичним принципам;
- вибір одягу обмежений зовнішніми обставинами (дресс-код, соціальний тиск);
- особистий стиль не відповідає актуальному самосприйняттю [2].

Дослідження (Kwon & Lee) виявляють специфічні механізми формування дисонансу:

Ідентифікаційний конфлікт – розбіжність між одягом як “соціальною маскою” та справжньою ідентичністю.

Ціннісний конфлікт – протиріччя між виробничими умовами одягу та етичними переконаннями;

Естетичний конфлікт – невідповідність між вимушеним стилем та особистими естетичними уподобаннями [3].

Тривалий дисонанс у сфері одягу може призводити до (Chen & Roberts):

- зниження самооцінки та самоефективності;
- підвищення рівня тривожності;
- емоційного вигорання внаслідок постійного самоконтролю;
- порушення ідентичності та почуття автентичності [4].

Сучасні дослідження (Park & Kim) виділяють кілька ефективних стратегій:

когнітивна реструктуризація – зміна ставлення до ситуації через усвідомлення її тимчасовості або необхідності;

селективна автентичність – пошук можливостей для самовираження в окремих елементах одягу чи аксесуарах;

компенсаторна поведінка – розвиток особистого стилю в інших сферах життя;

свідомий вибір – поступова зміна гардеробу у відповідності з переконаннями [5].

Висновок. Когнітивний дисонанс у сфері одягу є поширеним явищем, що виникає через розбіжність між зовнішнім виглядом і внутрішніми переконаннями.

Тривалий дисонанс має негативний вплив на психологічне благополуччя, проявляючись у зниженні самооцінки, підвищенні тривожності та порушенні ідентичності.

Ефективні стратегії подолання дисонансу включають когнітивну реструктуризацію, селективну автентичність та свідомий вибір одягу.

Розуміння механізмів виникнення та подолання когнітивного дисонансу в сфері моди має важливе значення для розробки програм психологічної підтримки.

Література

1. Festinger, L. (1957). A theory of cognitive dissonance. Stanford University Press.

2. Harmon-Jones, E., & Mills, J. (2019). An introduction to cognitive dissonance theory and an overview of current perspectives on the theory. In Cognitive dissonance: Reexamining a pivotal theory in psychology (pp. 3-24). American Psychological Association.

3. Kwon, H., & Lee, J. (2023). Fashion and identity conflict: Psychological perspectives on clothing choices. Journal of Consumer Psychology, 33(1), 45-62.

4. Chen, Y., & Roberts, S. (2022). The psychological cost of inauthentic self-presentation through clothing. Fashion Theory, 26(3), 345-367.

5. Park, M., & Kim, S. (2024). Strategies for resolving style-related cognitive dissonance in workplace environments. Journal of Applied Social Psychology, 54(2), 89-107.