

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ**

АСЄЄВА Ю. О.

ЖІНОЧА СИЛА

Монографія

**Одеса
Сімекс-прінт
2025**

УДК 159.9:326.74
А 90

*Рекомендовано вченою радою
Одеського національного економічного університету
(протокол № 4 від 23 грудня 2024 р.)*

Рецензенти:

Вдовіченко О. В., доктор психологічних наук, професор кафедри теорії та методики практичної психології Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»;

Бабчук О. Г., кандидат психологічних наук, доцент, завідувачка кафедри сімейної та спеціальної педагогіки і психології ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»;

Пундєв В. В., кандидат психологічних наук, доцент кафедри мовної та психолого-педагогічної підготовки Одеського національного економічного університету.

А 90 Асєєва Ю.О.

Жіноча сила: монографія. Одеса: Сімекс-прінт, 2025. 96 с.

ISBN 978-617-7757-74-9

Монографія «Жіноча сила» – це авторське бачення жіночого світу, дослідження типології жінок. Це спроба розкрити кожен аспект жіночої енергії, її привабливість, вплив та виклики, з якими кожний образ стикається у сучасному житті.

У рукописі представлено різноманітність образів жінок-спокусниць та жінок-антиспокусниць, їх відмінність у зовнішності, поведінці, стилі спілкування і навіть у впливі на оточуючих. Наведені приклади відомих жінок є яскравою демонстрацією кожного із образів, їх ролі та місця в історії та суспільстві.

Рекомендовано для жінок, які перебувають у пошуку себе з метою самопізнання; для чоловіків, які прагнуть досягнути глибини й багатогранності жіночої сутності, а також для всіх, кого цікавить психологія жіночої душі.

© Асєєва Ю.О., 2025

© Сімекс-прінт, 2025

ISBN 978-617-7757-74-9

© ОНБУ, 2025

ПЕРЕДМОВА

Любі читачі, уявіть собі світ, у якому кожна жінка усвідомлює свою унікальну силу, визнає її багатогранність і вчиться використовувати її для створення гармонії в собі та навколишньому середовищі. Ця книга – запрошення до такого світу.

«Жіноча сила» – це не лише дослідження образів і типів жінок, а й відверта розмова про те, як жіночість проявляється у всіх її формах: від витонченості Сирени до магнетизму Харизматичних особистостей, від елегантності Денді до Природності та невимушеності. У цій книзі я прагнула розкрити кожен аспект жіночої енергії, її привабливість, вплив та виклики, з якими кожний образ стикається у сучасному житті.

Ця книга не про те, щоб визначити, який із образів «правильний». Вона – про усвідомлення своєї природної енергії. У кожній із нас поєднується дві основні енергії. Протягом життя ми змінюємось та корегуємо себе під те соціальне оточення в якому перебуваємо. Нас намагаються змінити для того, щоб ми були «комфортними» чи «зручними». Інколи, ми піддаємося тиску та змінюємо свою істину природню енергію, що призводить до скутості, заниження своєї самооцінки, а в найгірших випадках, ми – зраджуємо себе та перестаємо

насолоджуватись собою й своєю чарівністю. Ця книга – про визнання та прийняття своєї істинної сили про свободу вибору – вибору себе. Про право бути такою, якою ти є, використовувати свої унікальні риси й робити їх джерело сили, впевненості та натхнення.

У кожному розділі ви знайдете опис основних характеристик, які поєднують споконвічну мудрість, культурні традиції та сучасні уявлення про жіночість. Розглянемо, як кожен тип виявляється у зовнішності, поведінці, стилі спілкування і навіть у впливі на оточуючих. Вас чекають яскраві приклади відомих жінок, які уособлюють ці образи, і рефлексії про те, як вони залишають слід в історії та суспільстві.

Ця книга для кожної жінки, яка хоче краще зрозуміти себе. Для кожного чоловіка, який прагне досягнути глибину й багатогранність жіночої сутності. Для всіх, хто шукає шлях до гармонії між внутрішнім і зовнішнім світом, розумінням і натхненням, свободою і любов'ю.

Нехай ця подорож допоможе вам віднайти свою силу, свою унікальність і, найголовніше, свою істину.

*З любов'ю та повагою,
Юлія Асєєва,
Академік НАН ВО України,
доктор психологічних наук*

АНТИСПОКУСНИЦІ

Міс Незалежність



Міс Незалежність – це жінка, яка уособлює свободу, самостійність і впевненість у собі. Вона будує своє життя на власних умовах, покладаючись на власні сили й знання. Ваша привабливість криється у впевненості, амбіціях та розумінні жити повноцінно, не прив'язуючи свого щастя до інших. Вона не боїться бути самою собою й установлювати межі, що захищають її свободу. Образ сильної та самостійної жінки, яка не потребує допомоги або підтримки. Часто асоціюється з кар'єристками чи жінками, які ставлять свої інтереси вище за романтичні чи сімейні стосунки. Стереотип можна вважати «антиспокусним», якщо чоловіки сприймають таку незалежність як загрозу своїй традиційній ролі «захисника». Вона швидко загоряється та швидко згасає. Вона знецінює чоловіків, відчуває їх нікчемність.

Характеристики: Вона покладається на свої ресурси, вміння та досвід, приймаючи власне рішення. Знає свою цінність і не потребує схвалення від інших. Вільна від стереотипів і суспільних обмежень, живе так, як вважає за

потрібне. Міс Незалежність може протистояти труднощам і використовувати їх як можливості для росту. Вона має цілі та прагне досягти їх, надихаючи іншим своїм прикладом. Вона не залежить емоційно від інших, але здатна до глибоких і рівноправних стосунків.

Образ: Стиль демонструє практичність і впевненість, часто з елементами елегантності чи мінімалізму. Вона обирає одяг, який підкреслює її індивідуальність, але без демонстративності. Вона поводить ся впевнено, спокійно, без поспіху, демонструючи внутрішній баланс. Її мова ясна, переконлива, вона вміє відстоювати свої погляди. Вона символізує свободу вибору, внутрішню силу й здатність будувати власне життя без зовнішньої залежності.

Сила

1. **Самодостатність:** Вона не потребує постійного підтвердження своєї значущості з боку інших. Вміє забезпечувати себе емоційно, матеріально й соціально.

2. **Впевненість у собі:** Має чітке розуміння своїх можливостей і меж, що дозволяє їй брати на себе відповідальність за власне життя.

3. **Цілеспрямованість:** Завжди має план і прагне досягти поставлених цілей. Її рішучість долає будь-які перешкоди.

4. **Сильна воля:** Здатна прийняти складні рішення й витримати випробування. Її

ВИСНОВКИ

Основний акцент у спокусливих типажах робиться на використанні зовнішності, харизми та емоційної інтуїції для привертання уваги, викликаючи інтерес і бажання в інших. Вони часто є емоційно виразними, здатними захоплювати і залишати незабутнє враження.

Антиспокусливі типи фактично орієнтовані на самостійність, інтелект і особистісну свободу. Їх привабливість не в тому, щоб завоювати увагу інших, а скоріше в тому, щоб виразити свою індивідуальність і відмовитись від традиційних ролей або очікувань. Вони можуть виглядати менш доступними або менш цікавими в спокусах, однак це не зменшує їх привабливості в іншому контексті, наприклад, у професійному чи соціальному.

Сексуальність у спокусливих типажах виглядає виразною частиною їхнього характеру, що компенсується емоційним впливом та маніпуляцією, бажаннями партнера. В антиспокусливих типах сексуальність не є основною складовою їхнього образу, хоча й може бути присутня, але часто вона залишається в тіні більш важливих аспектів їх особистості.

Спокусливі типи можуть взаємодіяти з антиспокусливими як контрапунктами. Деякі їх взаємодії виглядають як зіткнення двох

протилежних підходів до спокуси: одні обирають привабливості, інші – відстороненості.

Слід пам'ятати, що спокусливі та антиспокусливі типи мають свої сильні та слабкі сторони. Одні з них акцентують увагу на емоціях, бажаннях і зовнішності, інші – на інтелекті, самостійності та свободі. Кожен із типів володіє унікальною привабливістю, здатною привертати увагу та впливати на навколишніх людей.

© *Асєєва Ю.О.*
2025

ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА.....	3
АНТИСПОКУСНИЦІ.....	5
Міс Незалежність.....	5
Максималістка.....	9
Одинока дівчина.....	14
Романтична комедіантка.....	19
Язва.....	23
Путана.....	29
Синя панчоха.....	33
Пуританка.....	38
СПОКУСНИЦІ.....	44
Сирена.....	44
Кокетка.....	49
Денді.....	54
Муза.....	59
Чарівниця.....	64
Зірка.....	69
Природня.....	73
Харизматична.....	79
Ідеальна коханка.....	85
ВИСНОВКИ.....	92
Рекомендована література.....	93

Жіноча сила

Монографія

Підписано до друку 21.01.2025

Формат 84х60/16

цифровий друк

ум. друк. арк. 5,58 / авт.арк. 2,6

Наклад 200 прим. Зам. № 96/24

Віддруковано у ТОВ «Сімекс-прінт»
Свідоцтво ДК № 3807 від 22.06.2010 р.

м. Одеса, вул. Дальницька, 53,
тел.: (048) 709 20 50