РОЗВИТОК САМОАТУАЛІЗАЦІЇ ЖІНКИ ЧЕРЕЗ РЕАЛІЗАЦІЮ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

А. О. Яловенко

Херсонський державний університет, e-mail: ahinahvnk@gmail.com

Науковий керівник: кандидат психологічних наук, доцент Бабатіна С. І.

Потреба в самоактуалізації, самостановленні, самореалізації завжди представляла собою особливий інтерес в області пізнання людини. На сьогоднішній день психологія володіє великою кількістю різноманітних теорій самореалізації, рушійною силою якої є потреба у самовдосконаленні і розвитку. Ця потреба, як вроджена властивість, детермінує самореалізацію людини протягом усього життя, спонукає до осмисленого і повноцінного особистісного і професійного здійснення. Самоактуалізація як вид діяльності особистості передує самореалізації. Під самоактуалізацією в сучасній психології розуміється свідома діяльність людини, спрямована на максимально можливе розкриття і використання свого потенціалу на благо суспільства і самого себе. Усвідомлення і розвиток особистістю свого власного потенціалу дозволяє ефективно втілювати свої здібності в особистому і професійному житті, відчувати задоволення від власних досягнень.

Можливість професійної реалізації доступна для багатьох людей, проте і фактори, що можуть обумовлювати цю можливість, достатньо різноманітні. В суспільстві все ще домінують гендерні стереотипи, відповідно до яких вирішення побутових питань є традиційно жіночою сферою, а професійних – традиційно чоловічою. Виходячи з цього, самореалізація в професійній сфері, кар’єра вважаються привілеями в більшій мірі чоловіків. Однак в сучасних соціально-економічних умовах суттєво збільшилася потреба жінок в самореалізації, саморозкритті, в матеріальному забезпеченні, тому їм доводиться поєднувати професійні та сімейні ролі. При цьому професійна реалізація, кар’єра в житті жінок почала набувати особливо важливого значення.

У зв’язку з цим проблема дослідження особливостей самоактуалізації жінки через реалізацію у професійній діяльності є дуже актуальним та необхідним питанням.

Багато авторів зробили значній внесок у дослідження проблем самореалізації та самоактуалізації в рамках розробки теорії особистісного розвитку: А. Адлер, К. Альбуханова-Славська, Л. Анциферова, В. Клочко, І. Костакова, Л. Рубинштейн, А. Маслоу, Д. Фельдштейн, В. Франкл, К. Хорні, Е. Еріксон. Дослідження самореалізації здійснювалось також і в зв’язку з іншими поняттями: самоактуалізація, екзистенція, самоствердження, саморозвиток, самовираження та ін. (Є. Вахромов, А. Лангле, А. Маслоу, В. Маралов, В. Франклін, Г. Чернявська та ін.). Окремо необхідно виокремити дослідження самореалізації в рамках проблем професійного становлення особистості (О. Зеленська, Е. Зеер, Є. Клімов, А. Маркова, Л. Мітіна, Ю. Поваренков, О. Фонарев та ін.). Дослідження загальних питань самореалізації особистості як самостійного феномена присвячені роботи К. Альбуханової-Славської, Є. Вахромова, Е. Галажинського, Л. Костильової, С. Кудінова, Д. Леонтьєва та інших. Дослідженням самоактуалізації та самореалізації жінок займалися такі вчені, як: Ю. Артамошина, О. Богатирьова, В. Губанова, Є. Денісова, Т. Ексакусто, Н. Мельникова, Л. Осіпова, М. Сафонова, М. Чередніченко, А. Швецова, Є. Ярославкіна та ін.

З метою вивчення впливу професійної самореалізації жінки на рівень розвитку її самоактуалізації було розглянуто на основі сучасних літературних джерел поняття самореалізації та самоактуалізації особистості, їх основі детермінанти та критерії.

Отже, самоактуалізація – це процес саморозвитку особистості, її особистісного зростання «зсередини», процес становлення людини суб'єктом власної життєдіяльності, спрямований на вибудовування стратегії життя, на вибудовування ієрархії цінностей, набуття сенсу життя. Прагнення до росту, до самоактуалізації є найважливішою якістю особистості – на всіх вікових етапах життя. Серед властивостей особистостей, які самоактуалізуються, А. Маслоу

виділяв, наступні: більш комфортабельні відносини з реальністю; прийняття себе, інших, природи; спонтанність, простота, природність; автономія, незалежність від оточення; досвід вищих переживань; більш глибокі міжособистісні відносини; творче ставлення до дійсності [2].

А самореалізація це – багатогранний різноаспектний різновекторний феномен, що виражає докорінну потребу людини у максимальному саморозкритті свого потенціалу, який є стрижнем особистості, що відображає її «життєстійкість», установку на активність. Це реалізація внутрішнього потенціалу у зовнішній діяльності, це здійснення можливостей розвитку «Я» шляхом власних зусиль [3].

Самоактуалізація як вид діяльності особистості передує самореалізації. У процесі самоактуалізації особистість переважно набуває внутрішніх, «сутнісних сил» (якостей, смисло-ціннісних орієнтацій, здібностей). А процес предметного втілення особистісних надбань і є змістом та функцією самореалізації суб'єкта [1].

Специфіка жіночої самореалізації в професійній діяльності полягає в тому, що дуже часто жінка намагається поєднувати кар'єру та сім`ю. Л. Ожигова зазначає, що самоактуализація особистості жінки визначається наявністю специфічних стратегій професіоналізації: підпорядкування професійних прагнень гендерній ролі, орієнтація на поєднання професійної та гендерної ролі, вибір професійного росту при підтримці сім`ї. Автор зазначає, що стратегії професіоналізації жінок в цілому направлені на подолання протиріч між гендерною та професійною роллю, де остання має другорядний характер в ціннісній картині світу жінки. Постійне співвідношення стратегій професіоналізації з гендерною роллю сприяє появі напруження та обмежує жінку в самореалізації: професійні цілі або відсутні, або постійно відсовуються на потім, або досягнення їх переживається як проблематичне. Також в процесі професійного становлення жінки відбувається збалансованість гендерних та професійний уявлень особистості про себе [4].

В гендерних психологічних дослідженнях зазначають, що самоактуалізація виступає як єдина, унітарна характеристика людини, але тенденції та стратегії самоактуалізації особистості по-різному можуть бути представлені в залежності від гендерних характеристики особистості. Самоактуалізація розглядається як потреба, процес та результат розвитку особистості. Гендерні аспекти особистості можуть сприяти, або, навпаки, ускладнювати самоактуалізацію.

А. Швец зазначає, що самоактуалізація сучасних жінок є більш варіабельними і вільними від соціального тиску. Жінки здатні переживати теперішній момент в житті у його повноті та бачити життя цілісним. Орієнтовані на особистісний розвиток, намагаються керуватися по життю власними цілями, упередженнями, проявляють гнучкість в поведінці, здатні розуміти свої потреби та почуття, добре відчувають та рефлексують їх, проявляють високий рівень прийняття агресії, здатні до встановлення тілесних емоційно-насичених контактів з людьми [5].

Відповідно до мети дослідження нами було вивчено особливості зв’язку самоактуалізації жінок з їх професійною самореалізацією. Для дослідження цього питання нами було використано наступні методики: методика «Якоря кар’єри» (автор Є. Шейн), з метою діагностики виявлення домінуючої кар’єрної орієнтації жінок, цінностей орієнтацій в кар’єрі; методика «Смисложиттєві орієнтації» (СЖО) Д. О. Леонтьєва, з метою дослідження смисложиттєвих орієнтацій особистості, «джерела» сенсу життя, яке може бути знайдене людиною або в майбутньому (мети), або в сьогоденні (процес) або в минулому (результат), або всіх трьох складових життя; методика «Діагностика самоактуалізації особистості» (опитувальник САМОАЛ) Є. Шострома, адаптована Н. Ф. Калини з метою вивчення структурних компонентів самоактуалізації особистості.

Дослідження проводилося у м. Херсон. Емпіричну вибірку склали жінки в віці від 31 до 42 років. Загальна кількість досліджуваних склала 43 особи.

В ході емпіричного дослідження виявлено, що для жінок більше властиво домінування кар'єрної орієнтації на стабільність, служіння, інтеграцію стилів життя та дещо в меншій мірі орієнтації на професійну компетентність і менеджмент. Підприємництво та автономія є для них слабко вираженою кар'єрною орієнтацією. Також ми можемо зазначити, що кар'єрна орієнтація на виклик є не характерною для досліджуваних жінок. Тобто, більшість жінок властиво потреба в безпеці та стабільності роботи й місця проживання для того, щоб майбутні життєві події були передбачуваними. Для них більш важлива робота в такій організації, яка б виглядала більш надійно в своїй області, мала гарну репутацію, піклувалася про своїх працівників. Це може бути пов'язано з тим, щоб жінки в першу чергу піклуються про стабільність та комфортні умови проживання своєї сім'ї, а лише потім кар'єрних змін. Також жінки більш схильні до роботи в організації, що підтримує та розділяє їх цілі та цінності, вони прагнуть приносити користь людям та суспільству, для них важливо бачити конкретні результати своєї роботи, навіть, якщо вони не виражені в матеріальному еквіваленті. Ще для жінок більш характерно в їх кар'єрній орієнтації інтегрувати різні сторони образу життя. Вони не прагнуть, що б в їхньому житті домінувала лише сім'я, чи лише кар'єра, чи лише саморозвиток. Вони прагнуть, щоб все було збалансовано, цінують своє життя в цілому. Також нами встановлено, що для досліджуваних жінок не є головними цінності конкуренції, перемоги над іншими, подолання перешкод, вирішення складних задач. Вони не орієнтовані на те, що «кидати виклик». Процеси боротьби та перемога не перевищують важливість конкретної області діяльності чи кваліфікації.

Досліджуючи смисложиттєві орієнтації жінок, джерела» їх сенсу життя, яке може бути знайдене людиною або в майбутньому (мети), або в сьогоденні (процес) або в минулому (результат), нами було встановлено, що для більшості жінок властиво ситуаційний прояв наявності чи відсутності в житті цілей майбутнього, задоволеності своєї самореалізації. Схильні оцінювати свою продуктивність на достатньому рівні, переконаності в тому, що вони самі

можуть контролювати власне життя та приймати самостійні рішення, однак інколи їх осягають думки про те, що вони не в силах самостійно контролювати власне життя, що від них нічого не залежить. Характерно ситуаційно сприймати власне життя, як емоційно насичений, цікавий процес, проте час від часу схильні переживати незадоволеність власним життям. Властиво відповідність уявлень про себе, як про сильну особистість, що має достатню свободу вибору, щоб побудувати своє життя відповідно до своїх цілей і завдань і уявлень про його сенс. Також для більшості жінок властиво розуміти сенс свого життя, чітко розуміти чого вони хочуть досягти, усвідомлювати особливості свого життя, вважати своє життя цікавим та насиченим.

Аналізуючи результати вивчення структурних компонентів самоактуалізації, було встановлено, що жінкам властиво ситуаційно опиратися на себе, керуватися своїми власними цілями та переконаннями, проявляти гнучкість поведінки, проявляти схильність до орієнтації на цінності, що властиві особистості, яка самоактуалізується. Ситуаційно вміють достатньо глибоко і тонко відчувати себе, свої власні переживання та потреби, ситуаційно здатні висловлювати свої почуття та приймати свою агресивність як природну властивість, не завжди намагаються її приховати, придушити в собі. Також їм складно швидко реагувати на мінливу ситуацію, виражати емоції та почуття в не продуманих заздалегідь діях, складно цінувати себе, сприймати себе всупереч своїй слабкості, схильні недовіряти людям, не вірити в могутність людських можливостей. Для більшості досліджуваних жінок властиво однаковий розподіл за високим та середнім рівнем самоактуалізації. Також нами не було виявлено жодної досліджуваної жінки з вираженою псевдоактуалізацією, прагненні виглядати в найбільш сприятливому світлі.

За допомогою кореляційного аналізу нами було встановлено, що жінки, які мають домінуючу кар'єрну орієнтацію «інтеграція стилів життя» мають більшу можливість планувати своє життя у відповідності зі своїми цілями, мають більш виражену здатність переживати теперішній момент в своєму житті у всій його повноті, а не просто як фатальний наслідок минулого життєвого

досвіду або підготовки до майбутнього «справжнього життя». Тим краще та швидше для них властиво реагувати на мінливу ситуацію, проявляти розумність при застосуванні деяких стандартних принципів поведінки, краще здатні приймати себе всупереч своїй слабкості, приймати себе такими, які вони є, з усіма своїми недоліками і слабостями та тим більш властиво проявляти доброзичливість, будувати глибокі та міцні стосунки з оточуючими, більш легко вступати в контакт. Також чим сильні домінує кар'єрна орієнтація направлена на інтеграцію стилів життя, тим більше жінки вважають своє життя емоційно насиченим, сповненим інтересу, задоволені процесом його протікання.

Було встановлено що жінки, які орієнтуються в своїй трудовій діяльності на допомогу та служіння людям (мають домінуючу кар'єрну орієнтацію «служіння») оцінюють своє життя як більш осмислене, вони в більшій мірі задоволені результатами своєї діяльності, ставлять більш чіткі цілі та вважають себе доволі сильними, такими, що здатні контролювати власне життя. Також чим орієнтовані на служіння, тим легше і швидше вміють вступати в контакт, при цьому їх відносини з людьми не є поверхневими, більш спрямовані відігравати значиму роль у житті своїх друзів і близьких, проявляти доброзичливість у стосунках з оточуючими, тим більше схильні цінувати себе, краще володіють внутрішньою підтримкою, яка керується в основному інтеріоризованими принципами і мотивацією.

Також за допомогою кореляційного аналізу було встановлено, що чим більше жінки цінують свою професійну компетентність (більш орієнтовані на професійну компетентність у власній кар'єрі), чим більший мають попит у вибраній ними професійній діяльності, тим більш чіткі життєві цілі вони мають, тим більше схильні поважати та цінувати себе, тим більш схильні до придбання нових знань, більш відкриті до отримання нового досвіду та новим враженням.

З'ясовано, що чим більше жінки, схильні до домінування кар'єрної орієнтації направленої на стабільність місця роботи та місця поживання, тим більш для них властиво проявляти чутливість до власних переживань та потреб,

тим більше схильні приймати себе такими, які вони є, з усіма своїми недоліками і слабостями, та тим менше здатні проявляти спонтанність, неочікуваність, виражати свої почуття в непродуманих заздалегідь діях.

Таким чином, на основі результатів проведеного дослідження нами було виявлено розбіжності в специфіки особливостей самоактуалізації жінок з домінуванням різних кар'єрних орієнтацій.

Література:

1. Вахромов Е. Е. Вершины жизни и пути их достижения, самоактуализация, акме и жизненный путь человека. *Прикладная психология и психоанализ*. 2001. №4. С. 18-23.
2. Маслоу А. Мотивация и личность. 3-е изд. Санкт-Петербург : Питер, 2010. 352 с.
3. Муляр В. І. Самореалізація особистості як соціальна проблема (філософсько-культурологічний аналіз). Житомир : ЖІТІ, 1997. 214 с.
4. Ожигова Л. Н. Гендерная интерпретация самоактуализации личности в профессии (на материале педагогической профессии) : дис. кандид. психол. наук 19.00.07. / Кубанский государственный университет. Краснодар, 2000. 196 с.
5. Швецова А. Д. Стратегии самоактуализации мужчин и женщин с разной гендерной идентичностью. *Глобальные социальные, экономические и информационные проблемы (ГЛОБЭКСИ).* 2008. URL : www.globecsi.ru/articles/2008/Shvetsova2.pdf.