

просвітницька робота з батьками, класними керівниками та вчителями.

### **Список використаних джерел:**

1. Карпінська Т. С. Основні методи та прийоми попередження і контролю агресивної поведінки / Т. С. Карпінська // Психологія і суспільство. – Тернопіль – 2010. – № 4(42). – С. 104-110.
2. Майерс Д. Соціальна психологія / Д. Майерс. – СПб: Питер, 2007. – 794 с. – (Мастера психології).
3. Мойсеєва О. Є. Психологія агресивності підлітків: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра психол. наук: 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / О. Є. Мойсеєва. – К.: Ін-т психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2011. – 38 с.

**Шестопад І.А.**

*аспірант,*

*Науковий керівник: Ямницький В.М.*

*доктор психологічних наук, професор,*

*Рівненський державний гуманітарний університет*

## **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ЖІНОК ЗРІЛОГО ВІКУ**

Професійна діяльність є однією з найважливіших сфер діяльності людини і тому самореалізація в професії є одним з найважливіших атрибутів реалізованої особистості. Необхідно відзначити, що саме представниці «слабкої» статі частіше зазнають труднощів у процесі професійної самореалізації, оскільки ще на сьогоднішній день існують стереотипи про неможливість жінок успішно поєднувати досягнення у професійній діяльності з благополучним шлюбом та повноцінною сім'єю.

Статистика останнього десятиріччя у всьому світі показує, що з кожним роком зростає відсоток жінок зрілого віку, які тільки розпочинають свою кар'єру. Така тенденція є закономірною та легко пояснюється наявною реалізацією жінки у ролі матері та дружини, а також можливістю застосування накопиченого з роками професійного та соціального досвіду. На цьому відрізку життєвого шляху особистість, здійснивши вдале професійне самовизначення, здатна досягати професіоналізму. Актуальність теми пов'язана з потребою вивчення психологічних особливостей професійної

самореалізації, а саме взаємозв'язок рівня освіти і показника задоволеності працею сучасної зрілої жінки-професіонала.

Самореалізація особистості у розумінні К. А. Абульханової-Славської, Л. І. Анциферової [2], С. Л. Рубінштейна – це реалізація діяльності особистості, спрямована досягнення життєвих цілей. «Вміння ставити та утримувати цілі (починаючи від сенсожиттєвих до ситуативно-тактичних) забезпечує вищу форму зміни особистості – її розвиток і творчість» [2, с. 10].

Е. В. Федосенко [6] під професійною самореалізацією розуміє безперервний гетерохронний процес розвитку потенціалів людини в діяльності протягом усього її життєвого шляху [6].

Упродовж 2014-2015 рр. автором було проведено експериментальне дослідження на базі Рівненського державного гуманітарного університету, Здолбунівського дошкільного навчального закладу № 5 «Усмішка» та Здолбунівської ЗОШ № 3, а також соціальних мереж VKontakte і Facebook у психологічно орієнтованих спільнотах. У ньому взяли участь 110 жінок зрілого віку. Основними параметрами вибіркової сукупності були вік, рівень освіти та професійна приналежність. Професійний склад вибіркової сукупності відображено на рис. 1.

Професійна самореалізація є однією із основних сфер (поряд із сімейною) особистісної самореалізації, та пов'язана насамперед із реалізацією потреби у самоповазі, прийнятті і належності до певної соціальної групи, із здатністю задовольняти потреби більш повною мірою, ніж самореалізація у сфері сім'ї. Задоволеність роботою, професійна самореалізація є одним із найважливіших чинників суб'єктивного благополуччя, а професійна самореалізація – важливим фактором становлення особистості. На думку Гупаловської В. А. [5], «жінки, які досягли оптимального рівня професійної самореалізації, більш незалежні у думках, судженнях, діях, рішучі, здатні приймати рішення і брати на себе відповідальність за них» [5, с. 169].

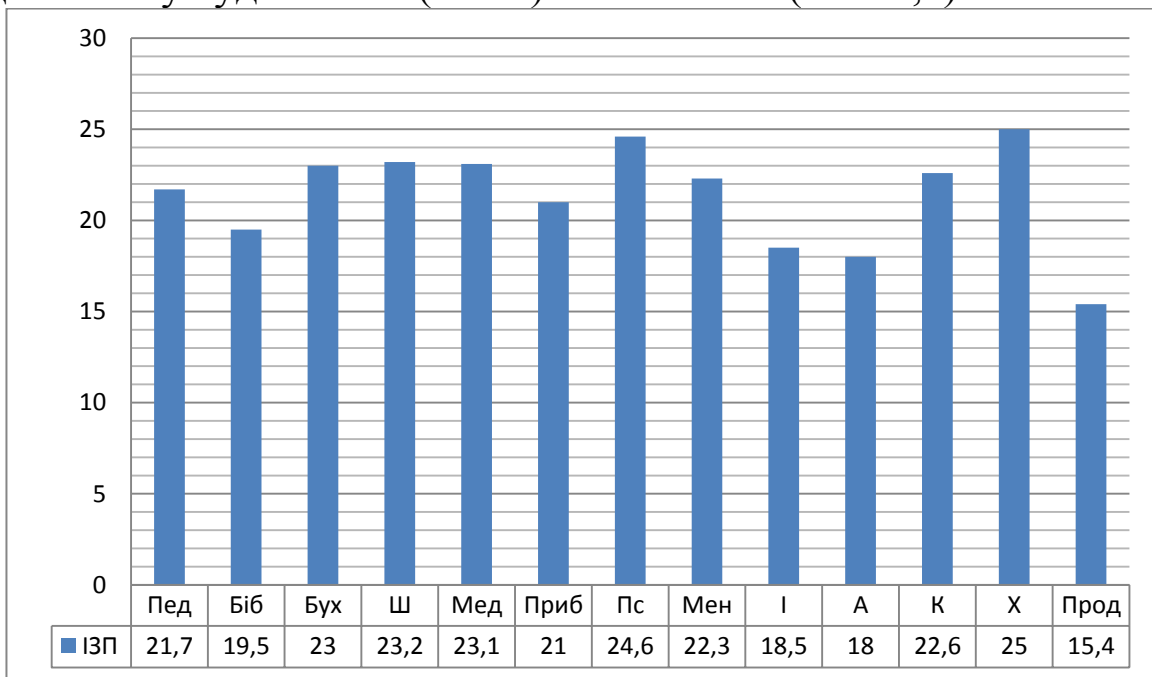
Згідно теоретичним дослідженням різних дослідників (Автономова С. О. [1], Берн Ш. [4], В. Г. Горчакова, Р. Дроєдж, А. Е. Чирикова та ін.) приналежність жінки до тої чи іншої професії передбачає певний рівень задоволеності професійною діяльністю.

Беручи на себе більшість обов'язків у сім'ї, жінка прирікає себе на перевантаження, в результаті чого знижується її професійна активність, жінки обирають нединамічні, кабінетні професії. Але

дані професії, які є продовженням типових сімейних видів діяльності жінки (педагогіка, медицина, секретарська робота, кулінарія), низькооплачувані, більшість – неprestижні [4].

Зарубіжні дослідження показують, що тенденція до традиційних професійних виборів сьогодні для обох статей, в цілому, зберігається. Жінки вважають, що професія із «чоловічим домінуванням» надає їм менше можливостей для кар'єрного росту, ніж професії із «жіночим домінуванням» [1].

Рис. 1 демонструє професії, які представлено більше, ніж двома і більше респондентами. На ньому відображено показники середнього арифметичного відхилення відповідно до професійного складу вибіркової сукупності за методикою «Інтегральна задоволеність працею». Із рисунку видно, що найнижчий рівень задоволеності працею показали продавці ( $\bar{x}=15,4$ ), адміністратори ( $\bar{x}=18$ ), інженери ( $\bar{x}=18,5$ ). На противагу цьому, найвищий – відзначено у художників ( $\bar{x}=25$ ) і психологів ( $\bar{x}=24,6$ ).



**Рис. 1. Узагальнені дані середнього арифметичного відхилення рівня задоволеності працею по кожній категорії професій**

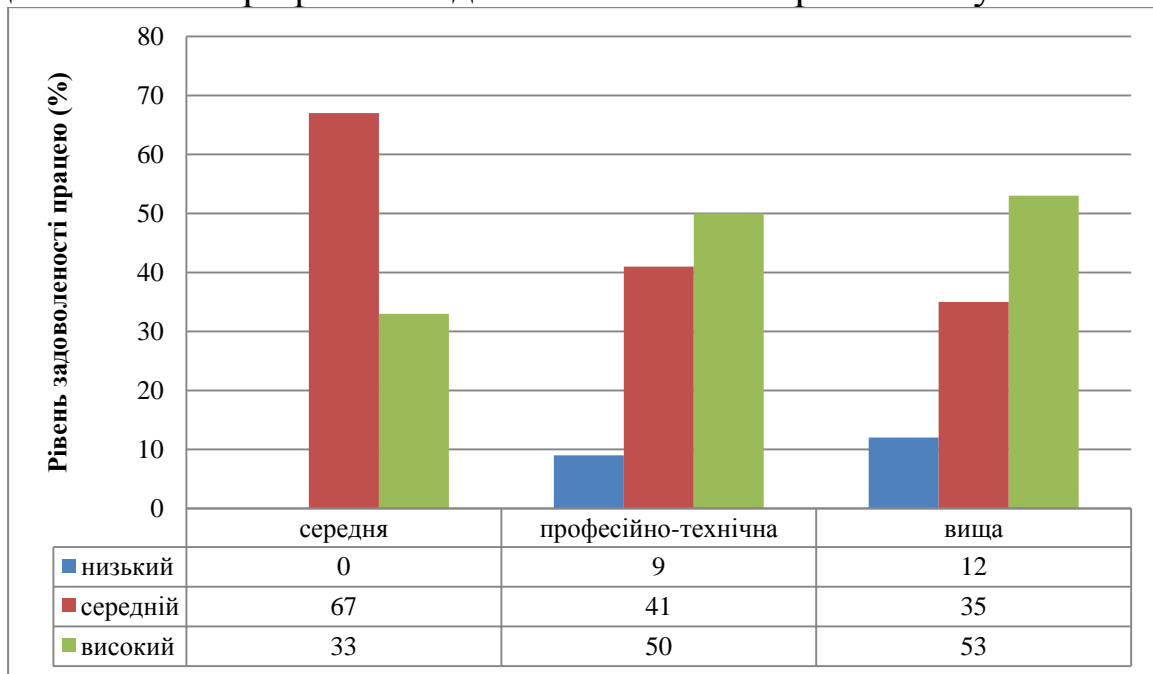
**Позначення на рис.:** Пед-педагоги; Біб-бібліотекарі; Бух-бухгалтери; Ш-швачки; Мед-медики; Приб-прибиральниці; Пс-психологи; Мен-менеджери; І-інженери; А-адміністратори; К-комірники; Х-художники; Прод-продавці; ІЗП – інтегральна задоволеність працею

*Джерело: розроблено автором*

Виявлено декілька факторів, які визначають те, чи буде жінка прагнути до реалізації себе у професійній діяльності: вік вступання у шлюб, економічне становище чоловіка, його погляди на

працюючих жінок тощо. Найбільш несприятливим вважається варіант, коли жінка перериває свою кар'єру заради сім'ї, не закінчивши освіти. Тривала перерва при неусталених професійних інтересах призводить до того, що жінці важко повернутися до отримання професійної освіти [3].

Виходячи з цього, у якості об'єктивного критерію самореалізації особистості доцільно виділити рівень освіти жінок. Розподіл за рівнем освіти зроблено наступним чином. Середній рівень освіти представляли 5% респондентів, професійно-технічна освіта – 19% респондентів, і вища освіта – 76% жінок. На рис. 2 бачимо, що здобутий рівень освіти прямо пропорційно визначає рівень задоволеності професійної діяльністю жінок зрілого віку.



**Рис. 2. Співвідношення рівня освіти та рівня задоволеності працею жінок зрілого віку**

*Джерело: розроблено автором*

Отже, під поняттям «професійна самореалізація» розуміємо складний, багаторівневий процес реалізації особистісно-професійного потенціалу з наступним його опредметненням у професійній діяльності.

Особистісні особливості жінки детермінують напрям та стійкість професійного вибору і дають можливість прогнозувати кар'єрні досягнення, задоволеність та успішність у тій чи іншій професії. Дані суб'єктивної оцінки жінками рівня інтегральної задоволеності працею підтверджуються об'єктивним критерієм рівня освіти жінок зрілого віку. Задоволеність роботою, професійна самореалізація є одним із найважливіших чинників суб'єктивного

благополуччя, а професійна самореалізація – важливим фактором становлення особистості.

### **Список використаних джерел:**

1. Автономова С.А. Современное предпринимательство в России: гендерный аспект [Текст]: автореф. дис. ... канд. социол. наук: 22.00.04 / Автономова Светлана Алексеевна. – Новочеркасск, 1999. – 23 с.
2. Анциферова Л.И. Психология самоактуализирующейся личности в работах Абрахама Маслоу // Вопросы психологии. – 1973. – № 4. – С. 173-180.
3. Арсанукаева М.С. Профессиональная деятельность женщин и её влияние на выполнение функций материнства [Текст]: автореф. дис. ... канд. эконом. наук: / Малика Султановна Арсанукаева. – М.: ИСИ АН СССР, 1982.
4. Берн Ш.М. Гендерная психология: [монография]. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2001. – 320 с.
5. Гупаловська В.А. Професійна самореалізація як чинник становлення особистості жінки [Текст]: дис... канд. психол. наук: 19.00.01 / Гупаловська Вікторія Анатоліївна; Львівський національний ун-т ім. Івана Франка. – Л., 2005. – 191 с.
6. Профессиональная самореализация личности в современном обществе. Монография / Под науч. ред. Е.В. Федосенко. – СПб.: Речь, 2009. – 121 с.