

ВІКОВІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ЖІНОК ПЕРІОДУ СЕРЕДНЬОЇ ДОРОСЛОСТІ

Білик Ніна Василівна

здобувач вищої освіти факультету публічного управління,
соціальних та природничих наук, спеціальності 053 «Психологія»

КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

Науковий керівник: Кузьменко Юлія Володимирівна

ORCID ID: 0000-0003-2055-7634

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри педагогічних наук, професійної та початкової освіти,

КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

Україна

Актуальність теми, розробка її у науковій вітчизняній та зарубіжній літературі. У сучасному суспільстві формується більш уважне, ніж раніше, але й вимогливіше ставлення до особистості, нове розуміння соціального та психологічного благополуччя, самореалізації, становлення особистості.

Статистика останнього десятиріччя у всьому світі засвідчує, що досить часто жінки після сорока тільки розпочинають свою кар'єру. Період середньої дорослості – це не тільки період професійних досягнень, але й аналізу та оцінки трудової кар'єри, що може провокувати кризу середини життя, яка має гендерні особливості. Так, впродовж ранньої дорослості головними цінностями жінок є родина та здоров'я, але в період середньої дорослості професійна діяльність стає провідним засобом їх самореалізації.

Дослідження самореалізації як психологічного феномена розкрили в своїх працях Б. Ананьєв, К. Абульханова-Славська, Л. Анциферова, Б. Братусь, Дж. Бьюдженталь, Д. Леонтьєв, С. Максименко, А. Маслоу,

В. Москалець, М. Савчин, В. Слободчиков, Т. Титаренко та ін., а в останні роки – О. Баришева, Т. Більгільдеева, Н. Корчакова, Л. Левченко та ін.

Проблему самореалізації особистості періоду середньої дорослості досліджували: П. Астаф'єв, Л. Божович, М. Гасюк, Е. Зуйкова, С. Павличко, А. Петровський, З. Фройд, Р. Фрейджер, Дж. Мітчел, К. Юнг та ін.

Мета статті: провести теоретичний аналіз вікових особливостей професійної самореалізації жінок періоду середньої дорослості.

Виклад основного матеріалу. Період середньої дорослості зазвичай відбувається від середнього віку до приблизно 60-ти років. Це час, коли людина вже досягла повноліття, але ще не досягла пенсійного віку. У цей період людина зазвичай розробляє кар'єру, працює над розвитком себе та вирішує особисті та професійні питання.

Д. Левінсон виділяє сім періодів дорослого життя, які починаються з 16-22 років і закінчуються після 50 років. У період середньої дорослості відбувається консолідація соціальних і професійних ролей. Даний вік може бути названий віком практичного, професійного життя людини [5, с. 27].

В. Муляр вважає, що потреба в самореалізації є опосередкованою, тобто «задовольняється лише за допомогою інших потреб» [4, с. 108], і одночасно базовою, притаманною людині від природи, як у К. Роджерса та А. Маслоу. Її базовість полягає не стільки у тому, що вона є ґрунтом і підсумком формування інших потреб індивіда, скільки в створенні певного «фону», кінцевого сенсу, останньої цілі задоволення потреб особистості. Якщо ж потреба у самореалізації задовольняється недостатньо повно, то індивід прагне реалізувати себе завдяки задоволенню інших особистісно значущих потреб.

І. Маноха характеризує саморозвиток як своєрідне акумулювання себе, нагромадження енергії, умінь, навичок, здібностей, а самореалізація,

на його думку, являє собою процес прояву всього цього [3, с. 53]. Тобто самореалізація розглядається як основний спосіб реалізації особистості.

В. Гомонюк досліджуючи самоактуалізацію та самореалізацію особистості взяв до уваги працю Л. Коростильової, яка виокремлює два види факторів самореалізації:

- 1) особистісні або ті, що залежать від людини (ціннісні орієнтації, готовність до самоформування, гнучкість мислення, воля тощо);
- 2) ситуативні, що не залежать від людини (соціальна ситуація, рівень життя, матеріальна забезпеченість, екологічне середовище, вплив засобів масової інформації тощо) [2, с. 21].

Т. Вівчарик розробила структурно-функціональну модель самореалізації жінок:

I-ий рівень – самоідентифікація:

- 1) уміння поєднувати, диференціювати і визначати пріоритети серед численних видів діяльності;
- 2) спосіб діяльності, що не суперечить жіночій сутності;
- 3) побудова власної ієрархії потреб і цінностей, продиктованих Самістю, та здійснення відповідно до цієї ієрархії життєвої концепції;

II-ий рівень – індивідуалізація:

- 4) повна інтеграція особистості;

III-ій рівень – опредметнення:

- 5) реалізація у зовнішньому світі через професійну діяльність, що сприяє розвитку здібностей і творенню себе [1, с. 10].

Б. Гарднер, А. Менегетті, М. Мід, Г. Шихі вважають, що жінка не може ефективно поєднувати подружнє життя, кар'єру та материнство у період юності чи раннього дорослого віку. Зазвичай це стає можливим лише в період середньої дорослості.

Самореалізація жінок періоду середньої дорослості – це процес самопізнання, самовдосконалення і виявлення своїх потенційних

можливостей. У цьому віці жінки можуть переосмислити свої цілі, бажання і уподобання, а також шукати нові способи задоволення своїх потреб. Для багатьох жінок цей період може бути важливим для здійснення мрій, розвитку кар'єри або особистісного росту. Неважливо, який шлях вони оберуть, самореалізація може допомогти їм відчувати себе задоволеними і щасливими.

На професійну самореалізацію жінок середньої дорослості впливають різні чинники, такі як розвиток кар'єри, особиста реалізація та задоволеність життям. У цей період у жінок часто виникає сильне бажання переоцінити свої кар'єрні цілі, пріоритети та досягнення. Вони можуть шукати можливості для зростання та просування в обраній сфері або досліджувати нові кар'єрні шляхи, які відповідають їхнім цінностям та інтересам.

Жінки середнього віку також схильні віддавати пріоритет балансу між роботою та особистим життям, шукаючи способи ефективного керування своїми професійними обов'язками, приділяючи час особистим стосункам, хобі та догляду за собою. Цей баланс має вирішальне значення для їх загального благополуччя та задоволення від життя.

Крім того, суспільні очікування та гендерні ролі можуть відігравати певну роль у формуванні професійної самореалізації жінок у середньому дорослому віці. Жінки можуть зіткнутися з труднощами, пов'язаними з гендерними упередженнями, дискримінацією та стереотипами на робочому місці, що може вплинути на їхню впевненість, кар'єрне зростання та можливості просування по службі.

Загалом процес професійної самореалізації жінок середньої зрілості передбачає самоаналіз, цілепокладання, постійне навчання та адаптацію до мінливих обставин. Активно беручи участь у самопізнанні та шукаючи можливості для зростання та реалізації, жінки можуть досягти відчуття мети та задоволення у своєму професійному житті на цьому етапі дорослішання.

Висновки. Професійна самореалізація в жінок періоду середньої дорослості включає в себе розвиток кар'єри, пошук балансу між роботою та особистим життям, самовдосконалення у професійній сфері та задоволення від досягнень. У цьому віці жінки можуть почувати потребу у вдосконаленні своїх професійних навичок, займатися саморозвитком і розвитком своєї кар'єри. Також важливою є підтримка з боку родини та колег, що допомагає їм реалізувати свій професійний потенціал.

Список використаної літератури

1. Вівчарик Т. П. Психологічні механізми самореалізації жінки (на прикладі жіночої молоді, включеної у творчу діяльність). – Київ: Університет ім. Т. Шевченка, 2000. – 20 с.
2. Гомонюк В. О. Самоактуалізація та самореалізація особистості: сучасні наукові уявлення / В.О. Гомонюк // *Materialy IX Międzynarodowej naukowo-praktycznej konferencji «Europejska nauka XXI powieka – 2013»*. Psychologia i socjologia. Politologija. – Przemisl: Nauka i studia, 2013. – 196 с.
3. Маноха І. П. Професійний потенціал особистості: досвід онтологічного дослідження. Автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.01 / Нац. ун-т імені Тараса Шевченка. – Київ. 1993. – 22 с.
4. Муляр В. І. Самореалізація особистості як соціальна проблем. – Житомир: ЖІТІ, 1997. – 214 с.
5. Levinson D. J. *Seasons of a Woman's Life: Implications for women and men*. – New York: Ballantine Books, 1997. – 456 p.