

ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОФЕСІЙНОЇ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ЖІНОК СЕРЕДНЬОГО ВІКУ.

УДК 159.921.1:159.922.62:377.4

Білик Ніна Василівна

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

КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

Кузьменко Юлія Володимирівна

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри педагогічних наук, професійної та початкової освіти,

КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

Актуальність дослідження. Період середньої дорослості, що охоплює вік від 35 до 55 років, є важливим етапом у житті жінок. Це час, коли змінюються як зовнішні обставини, так і внутрішні процеси, що визначають професійну діяльність і особистісний розвиток.

Протягом цього періоду жінки часто переживають переоцінку життєвих цінностей, змінюються їхні пріоритети в особистому та професійному житті.

Професійна самореалізація, як інтегральний процес досягнення індивідуальних цілей у професійній сфері, набуває нових форм і змісту.

Це стає все більш актуальним у контексті сучасних соціальних змін, що відбуваються на ринку праці, а також у зв'язку з гендерними стереотипами, віковими обмеженнями та особистісними переживаннями жінок середнього віку.

Виклад основного матеріалу дослідження. Сучасний ринок праці вимагає від працівників гнучкості, здатності до швидкої адаптації, освоєння нових професійних навичок. Жінки середнього віку часто стикаються з подвійними викликами – необхідністю поєднувати роботу з сімейними обов'язками та адаптацією до змін у професійному середовищі, що може впливати на їхні можливості самореалізуватися. Окрім того, вони мають і власні

внутрішні бар'єри: змінена самооцінка, психологічні труднощі та відчуття кризового стану, які можуть заважати активній професійній діяльності.

Дослідженням професійної самореалізації особистості займалися: К. Роджерс, Ш. Буер, Б. Братусь, Д. Леонтьєв, С. Максименко, А. Маслоу, В. Москалець, М. Савчин, В. Слободчиков, Т. Титаренко, О. Баришева, Н. Корчакова, Л. Левченко та ін.

В. Зарицька визначає самореалізацію як «процес і результат застосування особистістю у повсякденному житті та праці набутих компетенцій, удосконалення і розвиток їх включенням особистості до творчої діяльності й отримання від останньої не тільки користі для себе та інших, а й для внутрішнього задоволення». Учена доводить, що повнота самореалізації залежить від рівня життєвої компетентності особистості [2, с. 13].

Д. Холл розробив теорію кар'єрного розвитку, згідно з якою професійний розвиток людини відбувається через чотири основні етапи: початковий, середній, зрілий і пізній. Для жінок середнього віку важливим є перехід через етап «середнього віку», коли вони зазвичай переживають кризу і переглядають свої кар'єрні цілі. Д. Холл також підкреслював важливість гнучкості кар'єрних орієнтацій на цьому етапі, оскільки жінки часто змінюють напрямок кар'єри або виходять на нові рівні розвитку [4, с. 86].

Е. Еріксон та К. Хорні, розглядали середній вік як етап, коли відбувається переоцінка життєвих цінностей. Е. Еріксон стверджував, що в цей період людина переживає етап, коли на перший план виходить бажання залишити після себе спадщину. Професійна самореалізація є одним із способів реалізації цього бажання [3, с. 104].

На думку В. Гупаловської, «жінки, які досягли оптимального рівня професійної самореалізації, більш незалежні у думках, судженнях, діях, рішучі, здатні приймати рішення і брати на себе відповідальність за них» [1, с. 92].

Відповідно до поведінкової теорії, яка була розвинута Б. Скіннером, професійна самореалізація жінок середнього віку залежить від зовнішніх стимулів і підкріплення. У цьому контексті важливе значення мають соціальні

фактори: підтримка з боку родини, колег і суспільства. Б. Скіннер вважав, що поведінка, яка отримує позитивне підкріплення, буде повторюватися, і це стосується як особистих досягнень, так і кар'єрних успіхів.

Для жінок середнього віку важливими є соціальні визнання та можливості для розвитку, що можуть стати стимулом для професійної самореалізації [5, с. 119].

З метою дослідження особливостей професійної самореалізації жінок періоду середньої дорослості було проведено дослідження в якому взяло участь 60 жінок, віком 35-45 років. За результатами дослідження було виявлено:

1) низький рівень мотивації до успіху – 16,7%, середній рівень мотивації до успіху – 38,3%, помірковано високий рівень мотивації до успіху – 30%, дуже високий рівень мотивації до успіху – 15% (методика «Діагностика особистості на мотивацію до успіху» (Т. Елерс);

2) високі показники: шкала компетентності в часі (20%), шкала підтримки (23,3%), шкала ціннісних орієнтацій (30%), шкала гнучкості (30%), шкала сенситивності до себе (18,3%), шкала спонтанності (20%), шкала самоповаги (30%), шкала самоприйняття (28,3%), шкала уявлень про природу людини (25%), шкала синергії (21,7%), шкала прийняття агресії (20%), шкала контактності (31,7%), шкала пізнавальні потреби (28,3%), шкала креативність (21,7%) (методика «Рівень самоактуалізації особистості» (Ю. Альошина, Л. Гозман, М. Кроз);

3) низький рівень інтегральною задоволеністю працею – 41,7%, середній рівень інтегральною задоволеністю працею – 38,3%, високий рівень інтегральною задоволеністю працею – 20% (методика «Інтегральна задоволеність працею» (Н. Фетискин, В. Козлов, Г. Мануйлов).

Таким чином, з результатів проведеного дослідження було виявлено, що переважна більшість жінок мають середній або помірковано високий рівень мотивації до успіху, що вказує на певну орієнтацію на її досягнення, хоча й існують окремі випадки з низьким рівнем мотивації.

Жінки демонструють високі показники в різних аспектах особистісного розвитку, таких як самоповага, ціннісні орієнтації, креативність і контактність, що свідчить про високий рівень самоактуалізації.

Більшість учасниць дослідження мають низький або середній рівень задоволення своєю роботою, що вказує на необхідність підвищення рівня професійної задоволеності.

Висновки. Професійна самореалізація жінок середнього віку є результатом взаємодії внутрішніх факторів, таких як мотивація, особистісні характеристики та прагнення до розвитку, з зовнішніми умовами, включаючи соціальні обмеження та вимоги балансу між роботою та сім'єю.

Для оптимізації процесу самореалізації необхідно створювати умови, що сприяють підвищенню професійного задоволення та розвитку, а також враховувати соціальні виклики, з якими стикаються жінки цього віку.

Список використаної літератури:

1. Гупаловська В. А. Професійна самореалізація як чинник становлення особистості жінки: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Львів, 2005. 191 с.
2. Зарицька, В. В. Формування у старшокласників здатності до самореалізації: автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.07. Харків, 2006. 21 с.
3. Erikson E. *Childhood and Society*. New York: W. W. Norton & Company, 2001. 398 p.
4. Hall D. T., Chandler D. E. Psychological success: When the career is a Calling. *J. Organizat. Behav*, 2005. P. 155–176
5. Skinner B. F. *The Behavior of Organisms: An Experimental Analysis*. New York: Appleton-Century-Crofts, 2009. 242 p.