

УДК 159.923.2-055.2

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF SELF-REALIZATION OF MODERN WOMEN

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ СУЧАСНИХ ЖІНОК

Olga Navrotska / Ольга Навроцька

аспірантка кафедри психології /

Postgraduate student, Department of Psychology

ORCID: 0009-0009-5605-4829

Тернопільський національний педагогічний

університет імені Володимира Гнатюка,

Тернопіль, М. Кривоноса, 2, 46027

Volodymyr Hnatiuk Ternopil National Pedagogical University,

2 Kryvonosa Street, Ternopil, 46027

Анотація. У статті представлено різні наукові підходи до розуміння сутності феномену «самореалізація». Увагу зосереджено на аналізі передумов і чинників самореалізації сучасної жінки. Схарактеризовано традиційний або патріархальний і феміністичний підходи до «призначення жінки» в контексті її самореалізації.

Ключові слова: самореалізація, професійна самореалізація, сучасна жінка, чинники самореалізація, компоненти самореалізації, цінності, гендерна ідентичність.

Abstract. The article presents various scientific approaches to understanding the essence of the phenomenon of “self-realization.” Attention is focused on analyzing the prerequisites and factors of self-realization of modern women. Traditional or patriarchal and feminist approaches to the “purpose of women” in the context of their self-realization are characterized.

Keywords: self-realization, professional self-realization, modern woman, factors of self-realization, components of self-realization, values, gender identity.

Вступ. На сучасному етапі розвитку психологічної науки однією з найактуальніших є проблема самореалізації як найважливішого складового компонента особистості. Сучасне наукове знання демонструє все більший інтерес до проблеми самореалізації особистості. Цей інтерес відбивається в наукових дослідженнях, де зазначена проблема займає центральне місце і аналізується в психологічному та багатьох інших аспектах (І. Бех, І. Козицька, О. Купрєєва, О. Пінська, Т. Титаренко та інші).

Основний текст. Сьогодні серед науковців немає узгодженості у трактуванні терміну «самореалізація». Так, О. Купрєєва розуміє самореалізацію, «як процес актуалізації та реалізації індивідуальності особистості, її внутрішнього позитивного і творчого прагнення до розвитку, психологічної зрілості та компетентності. Це складний процес самопізнання

своїх здібностей, образу «Я», власних можливостей і смислів, переведення їх із потенційного стану (можливостей) в актуальний (дійсність) і втілення в реальних умовах навколишньої дійсності, пошук та ствердження свого індивідуального життєвого шляху, своїх цінностей та сенсу свого існування в кожний момент часу» [2, с. 113].

У розумінні І. Козицької, «самореалізація особистості являє собою складне структурне утворення, основними компонентами якого є інтернаціональність, процесуальність, результативність» [1, с. 27].

Нам імпонує визначення «самореалізації», запропоноване О. Пінською, яка розглядає її «як свідомий процес розгортання і зростання сутнісних сил людини, її творчих здібностей, умінь, потреб, мотивів, життєвих цінностей, як здійснення людиною самої себе в житті, в повсякденній діяльності шляхом власних зусиль, співтворчості, співдіяльності з іншими людьми, як пошук і утвердження свого особливого шляху в цьому світі, своїх цінностей і смислу в кожний даний момент часу свого існування» [4, с. 108–109].

Ми переконані, що самореалізація акцентована на здійсненні індивідуальних і особистісних можливостей «Я» за допомогою власних зусиль, а також співпраці з іншими людьми. Самореалізація активізується стосовно тих рис, властивостей і якостей людини, які раціонально і морально прийнятні та підтримуються суспільством. Отже, соціальна система, історичні обставини, природно-екологічні умови, соціальне оточення тощо зумовлюють прояв активності людини.

Критерій самореалізації, що є складовою оціночної системи психічної діяльності кожної людини, відображає задоволеність суспільства особистістю і задоволеність особистості соціальними умовами. Отже, ефективність самореалізації буде залежати не тільки від реальних зовнішніх умов, але й від того, як людина розуміє й оцінює їх стосовно себе. Це розуміння і оцінка обумовлені знаннями і практичним досвідом, особистісними характеристиками і соціальними навичками.

Самореалізація відіграє доволі вагому роль на всьому життєвому шляху

особистості, по суті, визначає його. Передумови до самореалізації закладені в самій природі та існують як задатки, які з розвитком людини, формуванням її особистісних властивостей і характеристик стають основою здатності до самореалізації. Образ світу також змінюється протягом усього життя людини, стає більш повним і адекватним. Однак умовою успішної самореалізації є динамічна функціональна єдність, де образ світу і образ «Я» як би врівноважують одне одного через адекватне розуміння людиною свого місця в світі і використання адекватних соціальних умінь.

Підтримуємо В. Кутішенко в тому, що «недостатня увага до професійної самореалізації жінки призводить до втрати значної частин її духовного потенціалу, який залишається нереалізованим, непотрібним суспільству» [3, с. 66]. Важливими є висновки дослідниці щодо того, що «жінка має свою цілком самостійну функцію, самостійний смисл існування, відповідно, способи її реалізації є специфічними й індивідуальними» [3, с. 68].

Сьогодні в суспільному середовищі роль жінок у прагненні до самореалізації зазнає значних змін. Питання про гендерні відмінності залишається не до кінця вивченим. Внаслідок того, що сучасна українська культура поєднує в собі риси традиційної і модернізованої культур, існуючі гендерні стереотипи є досить суперечливими. Вивчення цих стереотипів дає змогу виділити традиційні гендерні стереотипи, які є найбільш поширеними і суттєво впливають на самореалізацію особистості.

Досліджуючи жіночу самореалізацію, можна акцентувати увагу на таких основних аспектах. Згідно з традиційною, усталеною точкою зору, призначення жінок полягає у реалізації їхнього материнства і догляді за домом. Згідно з іншою – крім дітей і дому в житті сучасних жінок існує багато інших можливостей для реалізації закладеного в них потенціалу. Кожна жінка вибирає для себе те, що їй ближче. Задоволеність собою – це значною мірою задоволеність собою як жінкою. Комплекс уявлень про себе, Я-образ жінки входить в загальну Я-концепцію особистості. Адекватність–неадекватність цих уявлень, афективне відношення до цих уявлень, в тому числі і рівень їхнього

прийняття, впливають на вибір стратегії і тактики самореалізації, можуть визначати її успішність.

Іншим чинником, що впливає на самореалізацію жінок, є гендерна ідентичність. Важливість наявності у жінок сформованої позитивної гендерної ідентичності, її складна структура, неоднозначний шлях розвитку, множинність культурних та індивідуальних варіантів дають можливість говорити про гендерну ідентичність як про самостійну реальність.

Складне сьогодення, пов'язане з війною, можна охарактеризувати як час змін у відношенні до жіночої гендерної ідентичності, сприйнятті жінками самих себе, свого місця і ролі в суспільстві. Спостерігається зміна ціннісних орієнтацій, відсутність чітко структурованих нормативних гендерних моделей. З одного боку, це призводить до збільшення жіночих якостей, з іншого – спостерігається внутрішньоособистісний гендерний конфлікт, певна гендерна невизначеність, жінка переживає екзистенційну кризу щодо свого призначення, традиційна гендерна ідентичність зазнає значних змін, порушується сценарій розвитку жінки.

Питання про «призначення жінки» — одне з найбільш гострих і суперечливих питань у психології. Розмаїття існуючих напрямів і концепцій можна виразити в двох основних підходах. Перший підхід – традиційний або патріархальний, розглядає материнство з точки зору природно-біологічних позицій і представляє материнство як єдину форму самореалізації жінки, призначену їй від природи, тим самим обмежуючи її права на самореалізацію й свободу вибору.

Інша позиція представлена в роботах прихильників феміністичного напрямку, в яких самореалізацію, особистий успіх пов'язують виключно з професійними досягненнями, кар'єрним зростанням, соціальним статусом. У той час як материнство протиставляється саморозкриттю і самореалізації жінки, розглядається як «втрата себе», перешкода для особистісного розвитку, жертва, позбавлення звичних радощів життя. В результаті відбувається зниження цінності материнства, його девальвація, втрачаються міжпоколінні зв'язки.

Незважаючи на твердження прихильників фемінізму про повну рівність чоловіків і жінок, біологічно обумовлена здатність до продовження роду, материнство залишається прерогативою жінок. При цьому важливо, щоб жінка-мама володіла тими рисами й цінностями, які б дали їй можливість виховати психічно здорову й емоційно благополучну дитину.

Сьогодні існує стереотип, згідно з яким жінка хоче і повинна присвячувати себе, в першу чергу, сім'ї. Але треба враховувати той факт, що суспільний устрій і мораль часто змушують жінок чинити саме так, незалежно від їхніх особистих бажань і прагнень. Слід взяти до уваги те, що, віддаючи перевагу або вдалому заміжжю, або хорошій роботі, в певній соціальній ситуації жінці краще розраховувати тільки на себе і вміти при необхідності матеріально себе забезпечити. Можна також вважати, що жінці важливо реалізувати себе в професійному плані, визнаючи при цьому, що в складній соціальній ситуації, що пов'язана з війною, їй вкрай складно самотійно забезпечити собі гідне існування.

Робота не завжди і не для всіх є самотійною життєвою цінністю, яка є чинником успішної самореалізації жінки. Деякі жінки розглядають роботу як необхідність, викликану тим, що чоловіки перестали виконувати своє призначення – забезпечувати сім'ю. Професійна діяльність жінок розглядається як одна зі сфер самореалізації, але другорядна після сім'ї. Жінки опиняються перед необхідністю вибирати між сім'єю і кар'єрою, оскільки досягти успіху в обох сферах доволі складно. Отримавши можливість вибору між професійною кар'єрою і можливістю не працювати, жінка зіткнулася з протиріччями соціокультурного і матеріального характеру.

Варто зазначити, що впродовж життя жінка переживає різні події, завдяки яким отримує життєвий досвід, пов'язаний із самотійністю, терпимістю, повсякденною роботою, духовною працею, усвідомленням зв'язку з родом і «вищими» силами. Все це сприяє ефективній самореалізації сучасної жінки. Умовою її успішної самореалізації є розуміння свого призначення, місця в світі і формування й розвиток соціальних умінь. У свою чергу, критерієм успішності

можна вважати задоволеність жінки своїм статусом, результатами діяльності, при неодмінній задоволеності соціуму особистістю. У сучасних умовах необхідно, перш за все, бути жінкою, яка діє в своїх інтересах. Ми переконані, що жінка повинна бути самодостатньою і бачити в дітях тільки одну з можливих форм самореалізації, реалізуючись в інших сферах життя, в тому числі і професійно. При цьому, саме професійна самореалізація може дати жінці психологічну та економічну самостійність, незалежність, самоповагу, особистісний ріст і є однією з найбільш доступних і схвалюваних суспільством форм реалізації особистості.

Висновки. Важливими для нашого дослідження є висновки, зроблені В. Кутішенко щодо того, що «самореалізація жінки – складний психологічний феномен, що представляє собою цілеспрямований процес і результат позитивних змін у ціннісно-смысловій сфері особистості й залежить від позитивної динаміки ставлення жінки до себе, до своєї родини, до інших людей, до професійної діяльності й світу в цілому» [3, с. 69]. Отже, самореалізація сучасних українських жінок є однією з актуальних проблем в психологічній науці. Як показують наявні дослідження, на цей процес впливає низка соціальних, психологічних, психофізіологічних та інших чинників, що забезпечують її успішність або неуспішність.

Література:

1. Козицька І. В. Психологічні особливості самореалізації студентської молоді. *Теорія і практика сучасної психології*. 2018. № 2. С. 27–31. URL : http://tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/2_2018/7.pdf
2. Купрієва О. І. Психологічні аспекти самореалізації студентів. *Історико-педагогічні студії V. Морозівські читання*. С. 113–118. URL : <https://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/29092/Kuprieieva.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
3. Кутішенко В. П. Психологічні особливості професійної самореалізації жінки. *Педагогічна освіта: теорія і практика*. Психологія. Педагогіка. 2011. С. 66–70. URL : <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/1084/1/Kutishemko> РО ТР

15_IPSP.pdf

4. Пінська О. Л. Психологічні аспекти самореалізації особистості. *Вісник університету імені Альфреда Нобеля. Серія «педагогіка і психологія». Педагогічні науки.* 2022. № 2 (24). С. 107–113. URL : <https://pedpsy.duan.edu.ua/images/PDF/2022/2/12.pdf>

References.

1. Kozytska I. V. Psykholohichni osoblyvosti samorealizatsii studentskoi molodi. *Teoriia i praktyka suchasnoi psykholohii.* 2018. № 2. 27–31. URL : http://tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/2_2018/7.pdf
2. Kuprieieva O. I. Psykholohichni aspekty samorealizatsii studentiv. *Istoryko-pedahohichni studii V. Morozivski chytannia.* 113–118. URL : <https://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/29092/Kuprieieva.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
3. Kutishenko V. P. Psykholohichni osoblyvosti profesiinoi samorealizatsii zhinky. *Pedahohichna osvita: teoriia i praktyka.* Psykholohiia. Pedahohika. 2011. 66–70. URL : https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/1084/1/Kutishenko_PO_TP_15_IPSP.pdf
4. Pinska O. L. Psykholohichni aspekty samorealizatsii osobystosti. *Visnyk universytetu imeni Alfreda Nobelia. Seriia «pedahohika i psykholohiia». Pedahohichni nauky.* 2022. № 2 (24). 107–113. URL : <https://pedpsy.duan.edu.ua/images/PDF/2022/2/12.pdf>

sent: 25.06.2025