УДК 37.015.3:159.923.2

СООТНОШЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ УСТАНОВОК С ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ САМОРЕАЛИЗАЦИЕЙ У ЖЕНЩИН В ЗРЕЛОМ ВОЗРАСТЕ

¹Колкова С.М., ¹Черногубова С.Г., ²Стойнова Е.И., ²Живаева Ю.В.

¹ФГАОУ ВО «Сибирский федеральный университет», Красноярск, e-mail: kolkova67@mail.ru;

²ФГБОУ ВО «Красноярский государственный медицинский университет

им. проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого», Красноярск, e-mail: katya-chernova@yandex.ru

В статье представлены результаты констатирующего эксперимента по определению возможности соотношения психологических установок с профессиональной самореализацией у женщин в зрелом возрасте. Социальные установки выступают в роли побуждений, которые определяют поступки человека и являются отправными точками активности и обозначают характер взаимодействия человека с окружающей средой. Феномен самореализации рассматривается в большей степени как преимущественная характеристика взрослого возраста. Возможность самореализации рассматривается только при условии, что человек имеет наиболее полное представление о своих психологических характеристиках и относительно сформирован образ психологического портрета личности. Целью данной статьи является изучение соотношения психологических установок с профессиональной самореализацией у женщин в зрелом возрасте. Самореализация в данном ключе рассматривается как одна из форм психологической активности зрелого человека. В большей степени определен уровень смысловой и ценностной реализации. В ходе проведенного исследования выделены группы респондентов с разными личностными ориентациями: сильно мотивированные с гармонизированными ориентациями, слабо мотивированные респонденты с невыраженными ориентациями, респонденты с несформированными, неопределенными ориентациями, когда трудно определяются ориентации респондентов.

Ключевые слова: профессиональная самореализация, психологические установки, зрелый возраст, женщины

RELATIONSHIP OF PSYCHOLOGICAL INSTALLATIONS WITH PROFESSIONAL SELF-REALIZATION IN WOMEN IN ADULTS

¹Kolkova S.M., ¹Chernogubova S.G., ²Stoyanova E.I., ²Zhivaeva Yu.V.

¹Siberian Federal University, Krasnoyarsk, e-mail: kolkova67@mail.ru;

²Krasnoyarsk State Medical University named after prof. V.F. Voino-Yasenetsky,
Krasnoyarsk, e-mail: katya-chernova@yandex.ru

The article presents the results of an ascertaining experiment to determine the possibility of matching psychological attitudes with professional self-realization in women in adulthood. Social attitudes act as motivations that determine human actions, and are the starting points of activity and indicate the nature of human interaction with the environment. The phenomenon of self-realization is considered more as a predominant characteristic of adulthood. The possibility of achieving self-realization is considered only if the person has the most complete idea of their psychological characteristics and relatively formed the image of a psychological portrait of the individual. The purpose of this article is to study the correlation of psychological attitudes with professional self-realization in women in adulthood. Self-realization in this way is considered as one of the forms of psychological activity of a Mature person. To a greater extent, the level of meaning and value realization is determined. The study identified groups of respondents with different personal orientations: highly motivated with harmonized orientations, poorly motivated respondents with unexpressed orientations, respondents with unformed, uncertain orientations, where it is difficult to determine the orientation of the respondents.

Keywords: professional self-realization, psychological attitudes, adulthood, women

В возрасте от 35 до 45 лет нередко происходит переоценка целей и притязаний. Это период расцвета, который характеризуется наиболее полной самореализацией, достижением вершин профессионального и социального развития. В этом возрастном периоде 35–45 лет разрешается конфронтация между стремлением в достижении и возможностью реализации. В этом возрастном периоде остро встает вопрос о возможности разрешения противоречий, и пусковым механизмом в развитии личности в этот период является повышение возможности творческой активности личности

(М.В. Гамезо, В.С. Герасимова, Г.Г. Горелова, Л.М. Орлова, А.А. Реан).

Социальные установки выступают в роли побуждений, которые определяют поступки человека и являются отправными точками активности и обозначают характер взаимодействия человека с окружающей средой (Д.Н. Узнадзе, Л. Донога). Установки, зачастую не осознаваемые, могут лежать в основе стремлений и мотивов, а значит, и побуждать к активной деятельности, своего рода «запускать» активность, служить основой направленности личности [1].

Целью данной статьи является изучение соотношения психологических установок с профессиональной самореализацией у женщин в зрелом возрасте.

Самореализация в данном ключе рассматривается как одна из форм психологической активности зрелого человека («Психологическая зрелость характеризуется наиболее полной самореализацией, самоактуализацией человека» – М.В. Гамезо, Г. Крайг, А.А. Реан).

В отечественных психологических и педагогических исследованиях термин самоактуализация является предметом изучения определенный период времени, но интерес к возможности изучения феномена носит волнообразный характер.

Самоактуализация в общем виде рассматривается как возможность человека определить и наиболее верно реализовать свой личностный потенциал [2].

Возможность самореализации является одной из основных системообразующих характеристик в концепциях гуманистического направления в психологии.

Наиболее обширное рассмотрение процесса самоактуализации можно найти в трудах А. Маслоу, который характеризует этот процесс следующим образом: стремление человека стать тем, кем он может стать.

С точки зрения А. Маслоу, возможность развития своих талантов, способностей и возможностей достигается только на уровне самоактуализации. Самоактуализироваться значит достичь вершины своего развития [3].

Одной из основных характеристик, которые позволяют определить возможность самоактуализации, является достижение человеком метапотребностей, позволяющих личности достигать осмысленности, наполненности и приводящих к искренним переживаниям моментов жизни [4].

С точки зрения А. Маслоу, самоактуализироваться человек может только тогда, когда сможет удовлетворить свои базовые потребности. Им был сформулирован закон постепенного изменения мотивации человека, изменение носит характер «нарастания» мотивации. Возможность перехода на более высокий уровень достижима в том случае, если человек удовлетворил потребности более «низшего» порядка.

С точки зрения А. Маслоу, очень маленький процент людей достигают самоактуализации. Большая часть людей стремится к самоактуализации, если же человек не достигает этого уровня, то начинает происходить дисбаланс во внутренней системе человека, что приводит к разного рода конфликтам, кризисам, нереализованности [5].

Автор И.Д. Егорычева самоактуализацию интерпретирует как организованную определенным образом деятельность, в которой личность определяет для себя те возможности, которые могут быть реализованы. Возможности трансформируются в активную форму в виде целей, стремлений, мотивов, желаний. Автор также считает, что содержание деятельности в стремлении к самоактуализации состоит не только в определении собственного предназначения, но и возможности иметь определенный план достижения определенных целей, что в дальнейшем выступает регулятором активности его деятельности.

Термин «самореализация» впервые приводится в словаре по философии и психологии, изданном в 1902 г. в Лондоне: «Самореализация – это осуществление возможностей развития «Я».

По К.А. Абульхановой-Славской, самореализация – это высшая ступень развития личности, результат личностного роста и развития [6].

Самореализация – высший уровень развития человеческого потенциала, который следует вслед за самоактуализацией. По мнению И.Д. Егорычевой, разница между самоактуализацией и самореализацией в мотивационном фундаменте: самоактуализация связана с распределением «мира человека», а самореализация – с распределением сущностных сил. Л.А. Коростылева считает, что проблема самореализации включает в себя такие аспекты, как:

- 1) самореализация как цель (изучаются достижения как метаценности);
- 2) как состояние (рассматривается в связи с вопросами удовлетворенности самореализацией);
- 3) как результат (как определенную ступень личностного развития по критерию успеха-неуспеха, а также по наличию свойств, помогающих самоосуществлению личности);
- 4) как итог (рассматривается в исследованиях, направленных на осмысление цельных временных отрезков жизненного пути);
- 5) как процесс самореализация представляет собой особый интерес для психологической науки, поскольку главное внимание уделяется факторам, детерминирующим его.

Один из первых авторов в отечественной психологии, занимающихся проблемами самореализации личности, Л.А. Коростылева определяет самореализацию как неотъемлемую характеристику взрослого возраста. Самореализация, с точки зрения автора, возможна в том случае, если это будут совместные усилия по достижению ре-

зультата, развитие «Я» человека возможно только во взаимодействии с другими людьми. Самореализация возможна лишь в том случае, если человек будет гармоничной и конгруэнтной личностью, в этом случае возможна реализация имеющегося у человека потенциала.

Известный ученый Э.В. Галажинский в своем диссертационном исследовании выделяет несколько аспектов самореализации. Аспекты самореализации, по мнению Э.В. Галажинского, связаны, во-первых, с продуктивностью деятельности, личностным аспектом, что связано с теми осознанными процессами, которые для себя транслирует человек. В том числе аспекты самореализации связаны и с самим процессом, в системе координат пространства и времени, а деятельностный аспект позволяет определить все те характеристики, которые определяются как категория «трудностей» на пути к достижению цели [7].

Э.В. Галажинский выделил два уровня самореализации. Первый уровень, репродуктивный, определяют смыслы, а второй уровень, продуктивно-сверхадаптивный (творческий), определяют ценности.

Самореализация, как и многие другие феномены, не дается человеку в готовом виде, она формируется на определенном этапе жизненного пути человека. Автор Е.Е. Вахромов считает, что изучение самоактуализации возможно уже в период подросткового возраста. Это связано в первую очередь с тем, что в этот период времени происходит переход от идеалистического, фантазийного представления о мире к возможности более реалистично и прагматично выстраивать жизненную перспективу. На первых этапах возможности самоактуализироваться происходит «встреча» и согласование мотивов, возможности осмысления и волевой саморегуляции для того, чтобы осуществить задуманное.

По мнению Э.В. Галажинского, формирование самореализации происходит в предподростковом возрасте, когда «учебная деятельность теряет статус ведущей», происходит небольшое рассогласование деятельности от «нормального» функционирования, возникает кризис, который что-то обнажает в структурных уровнях поведения ребенка предподросткового возраста. «В этом возрасте многомерный мир ребенка обретает новое грани, становится ценностным миром. И это значит, что возможности (способности), которые есть у ребенка, получают свою проекцию в мир и ребенок становится субъектом саморазвития, самореализации...» [8].

По мнению И.Д. Егорычевой, самореализация – это прерогатива взрослого человека. К.А. Абульханова-Славская утверждает, что самореализация возможна лишь тогда, когда самопознание своих способностей уже окончено, полностью сформирован «образ Я» и имеется готовность личности обеспечить всю совокупность внешних условий самореализации.

Основная идея возможности самоактуализации у одного из значимых представителей гуманистического направления психологии К. Роджерса состоит в том, что человек, являясь гармоничной личностью, открыт опыту, его не нужно контролировать или им управлять, можно просто смотреть «со стороны», что будет происходить с самими процессами самоактуализации в том числе. Основная идея – это возможность конгруэнтности своим переживаниям, когда человек транслирует окружающим то, что он чувствует в данный момент. Возможность соотносить и правильно определять эти процессы является неотъемлемым условием достижения самоактуализации человека.

Таким образом, мы можем предположить, описав вышеприведенные феномены, мы можем построить определенную идеальную модель поведения человека при успешном развитии вышеперечисленных качеств и свойств человека, которая может привести к самоосуществлению.

В нашем исследовании мы сосредоточили свое внимание на изучении самореализации личности с особенностями проявления социальных установок, в этой связи представляется наиболее важным изучение в теоретическом аспекте социально-психологических установок личности.

Согласно теории установки, разработанной Д.Н. Узнадзе, установка – это целостное, не статическое состояние субъекта, состояние готовности к определенной активности, «возникновение которой зависит от наличия следующих условий: от потребности, актуально действующей в данном организме, и от объективной ситуации удовлетворения этой потребности».

Д.Н. Узнадзе считал, что установка возникает при определенных взаимозависимостях потребности человека и среды, которая его окружает, в той ситуации, в которой находится человек и под влиянием которой происходит те или иные действия.

Автор также подчеркивает, что может иметь место и определенность установки, осознание психической активности, способствующей созданию установки. «Объективация, – по словам Д.Н. Узнадзе, – специфически человеческая способность, и на ее

базе существенно усложняется и запас фиксированных у человека установок».

А.Е. Шеролия (последователь Д.Н. Узнадзе) выдвигает и определяет положения, которые объясняют, как на основе неосознаваемой установки возникают, оптимизируют и регулируют поведение человека осознаваемые установки:

1) установка – это ценностно-смысловое и единое и личностное состояние как «определенная готовность» к той или иной деятельности;

2) будучи смысловой характеристикой личности, ее единой и личностной модификацией, установка одновременно представляет собой и первостепенную форму ее непосредственной цели;

3) установка подвергается концентрации и может выступать как определенная, как «диспозиционная структура», структурная особенность личности [8].

Эти положения подтверждают социально-ориентированный характер осознаваемой установки и ее базовое значение в регулировании поведения человека как личности.

В зарубежной психологии социальную установку принято именовать аттитудом, от английского «attitude», что переводится как «отношение». Понятие введено Ф. Значенским и У. Томасом в 1918 г. в книге «Польский крестьянин в Америке» и обозначается авторами как «психологическое переживание индивидом ценности, значения, смысла социального объекта, состояние сознания индивида относительно некоторой социальной ценности». Исследователи предложили следующее изложение функций аттитудов.

1. Утилитарная. Предназначена для направленности человека на предметы, способствующие достижению цели. Данная функция соединяется с потребностью человека получить гарантии в большей степени благоприятной позиции в обществе. Если аттитуд положительный, он направляет индивида к благоприятным для него стимулам; если отрицательный – к источнику малопривлекательных стимулов.

2. Особенность мировоззрения. Эта функция основывается на понимании системы аттитюда как комплекса «эмоционально окрашенных компонентов познания о мире и о людях», которые позволяют получать простые предписания относительно того, как вести себя по отношению к конкретным предметам и ситуациям.

3. Ценностно-выразительная (саморегуляции, ценности). Эта функция аттитюда помогает человеку избавиться от внутреннего сопротивления и способствует лучшему самовыражению. Она «связана с необ-

ходимостью в личностной гармонизации. Положительные установки формируются к представителям нашего индивидуально-го вида».

4. Энергозащитная. Способствует тому, чтобы внутренние конфликты личности разрешались с большей степенью эффективности, и связана с потребностью в сохранении внутренней стабильности личности.

Материалы и методы исследования

В нашем исследовании мы сосредоточили свое внимание на изучении соотношения психологической установки и самореализации личности. Выборку исследования составили женщины в возрасте 35–45 лет, прошедшие профессиональную переподготовку в Красноярском краевом центре профориентации и развития квалификаций. Число участников – 15 человек.

Методики исследования: психодиагностическая методика «Тип и уровень профессиональной самореализации» Е.А. Гавриловой; методика социально-психологических установок личности в мотивационно-потребностной сфере; психодиагностическая методика «Тип и уровень профессиональной самореализации» Е.А. Гавриловой.

Результаты исследования и их обсуждение

В ходе исследования были получены следующие результаты по методике: у 60% определен уровень смысловой и ценностной реализации, у 23% определен уровень реализации ролей и норм в организации и у 17% индивидуально-исполнительский уровень реализации.

Таким образом, большая часть респондентов продемонстрировала достаточно высокий уровень профессиональной самореализации.

Диагностика аттитюдов человека в мотивационно-потребностной сфере. Результаты исследования по методике: в дихотомии «альтруизм – эгоизм» 54% с ориентацией на эгоизм, «процесс – результат» в большей степени ориентация на процесс 10%, в установках «свобода – власть» в большей степени ориентация на свободу 25%, установка «труд – деньги» 21% с ориентацией на труд.

Чем больше набрано баллов, тем сильнее выражена та или иная ценностная ориентация личности.

В ходе исследования определено, что есть несколько вариантов ориентации: ориентация на процесс позволяет быть более ориентированным на выполнение работы, сам процесс работы. Возможности ориентации на результат позволяют находить

взаимосвязь с такой характеристикой, как надежность в выполнении заданий. Нацеленность на альтруистические ценности характеризует людей, готовых в ущерб для себя прийти на помощь другим людям. Ориентация на труд возможна в том случае, когда человек имеет готовность принести в ущерб возможность отдыха и отпуска и работу поставить на первое место.

Одной из главных ценностей человека, который стремится к приумножению благосостояния, является возможность постоянно поддерживать высокий уровень финансового благополучия.

Рассматривая респондентов, выбирающих свободу как основную ценность, можно охарактеризовать их как людей, стремящихся к многомерности возможности выбора в разных ситуациях.

Анализируя результаты исследования и определяя респондентов с ориентацией ценности во власти, можно охарактеризовать как возможность влиять на окружающих и влиять на процессы, которые происходят вокруг него.

Возможность использования знаний о ценностных ориентациях может быть применена в индивидуальном и групповом консультировании, а именно в консультировании по вопросам карьеры. Возможно использовать данную информацию при консультировании по вопросам семьи и брака. Как показывает опыт, неопределенность в установках часто вносит разлад в брачно-семейные отношения. Целесообразнее, если разногласия в установках будут определены заранее и будут попытки их преодоления.

Заключение

Следует отметить, что можно на основании результатов использования методик выявить несколько групп испытуемых:

сильно мотивированные с гармонизированными ориентациями, слабо мотивированные респонденты с невыраженными ориентациями, респонденты с несформированными, неопределенными ориентациями, когда трудно определяются ориентации респондентов.

В ходе исследования определено, что соотношение профессиональной самореализации и психологических установок относительно может соответствовать. В основном у респондентов зафиксирован уровень смысловой и ценностной реализации, что говорит о том, что определенность в выборе профессии, мотивационные компоненты осознаны и наличие определенных установок связано с определенностью и возможностью дальнейшего профессионального и личностного становления.

Список литературы

1. Донога Л.А. Особенности социальных установок в мотивационно-потребностной сфере старшеклассников и родителей // Вестник гуманитарного образования. 2017. № 4. С. 39–44.
2. Карпенко Л.А. Краткий психологический словарь. Ростов н/Д.: «Феникс», 1999. 512 с.
3. Маклаков А.Г. Общая психология. СПб.: Питер, 2018. 584 с.
4. Егорычева И.Д. Генезис самореализации как особого типа деятельности и роль подросткового возраста в ее развитии: дис. ... докт. психол. наук. Москва, 2012. 418 с.
5. Дружинин В.Н. Варианты жизни: очерки экзистенциальной психологии. СПб.: Питер, 2010. 155 с.
6. Абульханова К.А. Современная личность: Психологические исследования. М.: ИП РАН, 2012. 188 с.
7. Галажинский Э.В. Системная детерминация самореализации личности: дис. ... докт. психол. наук. Томск, 2002. 320 с.
8. Старик И.Н., Сумская Н.А. Социально-психологические установки личности в мотивационно-потребностной сфере // Акмеологические векторы профессионализации личности в обществе вызовов и угроз: материалы Всероссийской научно-практической конференции (г. Саратов 27 апреля 2017 г.). Саратов: «КУБиК», 2017. С. 62–66.