

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ОСТРОЗЬКА АКАДЕМІЯ»

На правах рукопису

ШЕСТОПАЛ Іванна Анатоліївна

УДК: 159.921.1:159.922.62:377.4

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ
ЖІНОК ЗРІЛОГО ВІКУ**

19.00.07 – педагогічна та вікова психологія
(соціальні та поведінкові науки)

АВТОРЕФЕРАТ

дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата психологічних наук



Острог – 2017

Дисертацією є рукопис.

Робота виконана на кафедрі вікової та педагогічної психології Рівненського державного гуманітарного університету, Міністерство освіти і науки України.

Науковий керівник: доктор психологічних наук, професор
Ямницький Вадим Маркович,
Рівненський державний гуманітарний
університет, завідувач кафедри
практичної психології та психотерапії.

Офіційні опоненти: доктор психологічних наук, професор
Томчук Михайло Іванович,
Вінницька академія неперервної освіти,
завідувач кафедри психології;

кандидат психологічних наук, доцент
Крижановська Зореслава Юрїївна,
Східноєвропейський національний
університет імені Лесі Українки,
доцент кафедри загальної та соціальної
психології.

Захист відбудеться 14 грудня 2017 р. о 13 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради К 48.125.03 у Національному університеті «Острозька Академія» за адресою: 35800, Рівненська обл., м. Острог, вул. Семінарська, 2.

З дисертацією можна ознайомитися на сайті www.oa.edu.ua та у науковій бібліотеці Національного університету «Острозька академія» за адресою: 35800, Рівненська обл., м. Острог, вул. Семінарська, 2.

Автореферат розісланий 14 листопада 2017 р.

**Учений секретар
спеціалізованої вченої ради,
кандидат психологічних наук,
доцент**



І. В. Ковальчук

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність дослідження. Кабінетом Міністрів України від 5 квітня 2017 року № 229-р схвалено Концепцію Державної соціальної програми забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків на період до 2021 року. Саме представниці «слабкої» статі частіше зазнають труднощів як у пошуку роботи, так і в процесі самореалізації у професії, оскільки у суспільстві ще існують стереотипи щодо неможливості жінок поєднувати досягнення у професійній діяльності з благополучним шлюбом і повноцінною сім'єю.

Статистика останнього десятиріччя у всьому світі засвідчує, що досить часто жінки після сорока тільки розпочинають свою кар'єру. Середній дорослий вік – 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. Серед способів виходу з кризи визначають: зміну напрямку професійної діяльності, отримання додаткової освіти, підвищення кваліфікації, стажування та спеціалізацію тощо, які спрямовані на зростання життєвої та професійної компетентності особистості. Цей процес вимагає забезпечення навчання впродовж усього життя, тому виникає потреба у створенні концепції освіти дорослих як складової системи неперервної освіти.

Методологічні аспекти дослідження самореалізації як психологічного феномена розкрили в своїх працях відомі вчені-психологи Б. Г. Ананьєв, К. О. Абульханова-Славська, Л. І. Анциферова, Б. С. Братусь, Дж. Бьюдженталь, Є. І. Головаха, В. П. Зінченко, В. В. Знаков, Л. Н. Коган, Д. О. Леонтьєв, С. Д. Максименко, А. Маслоу, В. П. Москалець, В. І. Муляр, В. М. Мясичев, Г. Оллпорт, А. В. Петровський, К. Роджерс, М. В. Савчин, В. І. Слободчиков, Т. М. Титаренко та ін., а в останні роки – О. І. Баришева, Т. Ю. Більгільдєєва, Г. Б. Гандзілевська, В. В. Зарицька, Н. В. Корчакова, Л. С. Левченко та ін. Разом з тим, недостатньо досліджень, присвячених вивченню професійної самореалізації жінок у контексті зрілого віку. За даними багатьох дослідників (О. Є. Байтінгер, В. Г. Горчакова, В. А. Гупаловська, Е. Ф. Зеєр, Л. О. Коростильова, Д. Левінсон, Л. Г. Почебут, О. М. Разумнікова, Д. Сьюпер, К. В. Федосенко та ін.), обмеження діяльності жінки або нездатність здійснити фахову самореалізацію з тих чи інших причин призводить до втрати суспільної компетентності, відмови від власних планів заради дітей та спокою у сім'ї, наслідки чого можуть проявлятися у конфліктності, фрустрованості, схильності до депресій, психосоматичних розладах тощо. Обмеженість інформації про структурно-функціональні параметри професійної самореалізації, внутрішньо-особистісні фактори та механізми самореалізації жінки в сучасних умовах ускладнює проблему її пізнання і спонукає до здійснення відповідних досліджень. Усе вище зазначене

обумовило вибір теми дисертаційного дослідження: *«Психологічні особливості професійної самореалізації жінок у зрілому віці»*.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дисертаційне дослідження виконано в межах наукової теми кафедри вікової та педагогічної психології Рівненського державного гуманітарного університету «Просоціальна стратегія як основа морального становлення особистості» (державний реєстраційний №0112U00204; термін виконання 2012-2013 рр.). Тема дисертації затверджена Вченою радою Рівненського державного гуманітарного університету) (протокол № 2 від 29.11.2013 р.) та узгоджена Міжвідомчою радою з координації наукових досліджень у галузі педагогічних і психологічних наук України (протокол № 1 від 28.01.2014 р.).

Мета дослідження: теоретично з'ясувати та експериментально виявити психологічні особливості та чинники самореалізації жінок зрілого віку у професійній діяльності; розробити та апробувати психотренінгову програму її оптимізації.

Обрана мета зумовила такі **завдання дослідження:**

1. Здійснити теоретичний аналіз проблеми самореалізації особистості у зрілому віці, дослідити структуру, механізми та динаміку процесу самореалізації.
2. Побудувати психологічний конструкт феномену професійної самореалізації особистості, визначити психологічні особливості та чинники професійної самореалізації жінок зрілого віку.
3. Експериментально дослідити психологічні особливості та чинники професійної самореалізації жінок зрілого віку.
4. Розробити й апробувати психотренінгову програму оптимізації професійної самореалізації жінок зрілого віку.

У дослідженні автором було сформульовано **гіпотезу** загального характеру: професійна самореалізація жінок зрілого віку є системним утворенням, що характеризується складною взаємодією її вікових, психологічних та гендерних особливостей; розвиток професійної самореалізації жінок зрілого віку буде ефективним за умови використання психотренінгової програми оптимізації цього процесу.

Об'єкт дослідження: професійна самореалізація особистості.

Предмет дослідження: психологічні особливості та чинники самореалізації жінок зрілого віку у професійній сфері.

Теоретико-методологічною основою дослідження виступили концептуальні положення про активність особистості як мотиваційну основу самореалізації (К. О. Абульханова-Славська, Л. І. Анциферова, В. П. Зінченко, Д. О. Леонтьєв, А. В. Петровський, В. І. Слободчиков та ін.), життєтворчість особистості (Г. М. Несен, Л. В. Сохань, В. М. Ямницький та ін.), самореалізацію як вищу потребу особистості (Г. С. Батищев, А. Маслоу, К. Роджерс, Е. Фромм та ін.), психологічні особливості зрілого віку (Б. Г. Ананьєв, О. О. Бодалев, А. О. Реан, О. М. Рибников, Т. М. Титаренко та ін.), професійний розвиток

людини як суб'єкта праці (О.Є. Байтінгер, В.О. Бодров, Е. Ф. Зеєр, Є. О. Клімов, А. К. Маркова, О. М. Мірошніченко, Д. Сьюпер та ін.), гендерні особливості самореалізації особистості у професійній діяльності (І. С. Кон, В. І. Куликов, О. М. Разумнікова та ін.).

Методи дослідження: *теоретичні:* теоретико-методологічний, системний аналіз проблем самореалізації особистості, синтез, порівняння, узагальнення, систематизація теоретичних даних, моделювання концепції самореалізації й процесуально-динамічних особливостей досягнення професійної самореалізації особистості; *емпіричні:* психолого-педагогічний експеримент для перевірки ефективності програми досягнення професійної самореалізації жінок зрілого віку, психодіагностичне тестування із використанням комплексу методик: особистісний опитувальник 16 PF Р. Кеттелла (для дослідження емоційно-вольового блоку особистості, блок С); «Рівень особистісної зрілості» Ю. З. Гільбуха (для діагностики рівня особистісної зрілості); «Мотивація успіху-невдачі» А. Реана (для виявлення мотивації успіху і мотивації страху невдачі); «Маскулінність-фемінність» С. Бем (для дослідження психологічної статі); «Рівень самоактуалізації особистості» Ю. Є. Альшиної, Л. Я. Гозмана, М. В. Кроза) (для дослідження самоактуалізації як багатовимірної величини); «Інтегральна задоволеність працею» (для діагностики загального показника задоволеності працею та її складових), «Рівень онтогенетичної рефлексії» (з метою аналізу минулих помилок, успішного і неуспішного досвіду життєдіяльності) В. В. Козлова, Г. М. Мануйлова, Н. П. Фетискіна; «Суб'єктивне благополуччя» Ferrudet-Badoux, Mendelsohn і Chiche (для вимірювання емоційного компонента суб'єктивного благополуччя); *методи математико-статистичної обробки даних:* факторний аналіз (для верифікації змісту психологічного конструкту професійної самореалізації); t-критерій Стьюдента (для встановлення відмінностей за рівнями середніх арифметичних у двох вибірках); лінійна кореляція Пірсона (для перевірки вираження міри взаємозв'язку між двома та більше психологічними характеристиками); метод для залежних вибірок Т Уїлкоксона (для виявлення статистично достовірних відмінностей між рівнями вираженості психологічних параметрів у генеральній сукупності, встановлення направленості змін між двома тестовими пробами); критерій Манна-Уїтні (для порівняння вибірок за рівнями розвитку досліджуваної психологічної якості); комп'ютерна обробка експериментальних даних SPSS 13.0.

Експериментальна база дослідження. Дослідно-експериментальна робота проводилось упродовж 2015-2016 років на базі Рівненського державного гуманітарного університету, Здолбунівського дошкільного навчального закладу № 5 «Усмішка», Здолбунівської ЗОШ № 3, соціальних мереж VKontakte і Facebook у психологічно орієнтованих спільнотах. Генеральна сукупність досліджуваних – українські жінки зрілого віку, вибіркова сукупність – 110 жінок зрілого віку.

Наукова новизна та теоретична значущість роботи полягають у тому, що:

- *вперше* представлено концептуально-методичний підхід до проблеми професійної самореалізації жінок зрілого віку у контексті психології життєтворчості особистості, що полягає в конкретизації й обґрунтуванні теоретико-методологічних і методичних основ розвитку професійної самореалізації впродовж середньої дорослості; побудовано психологічний конструкт самореалізації особистості, визначено його психологічні чинники (особистісний потенціал, рефлексія, активність, цілепокладання) та чотири відносних виміри прояву: суб'єктний, нереалізованості (кризи самореалізації), самовідчуження та саморозвитку / самоствердження; встановлено сензитивний період процесу самореалізації жінок (середня дорослість) та регулятори активності особистості як мотиваційної основи самореалізації (кризи середнього віку та нереалізованості);

- *здійснено* системне вивчення феномена професійної самореалізації, визначено й описано його психологічні чинники (професійна компетентність, професійна самосвідомість, професійна спрямованість, професійна діяльність) та стратегії (саморозвитку, соціального визнання); описано психологічні особливості професійної самореалізації жінок зрілого віку (перебіг процесу в умовах впливу гендерних стереотипів; вплив психологічної статі на стратегії самореалізації);

- *уточнено*: сутність понять «самореалізація особистості», «професійна самореалізація особистості» в межах психології професійного становлення та психології життєтворчості особистості; знання про особливості розвитку професійної самореалізації особистості в період середньої дорослості; форми і методи оптимізації процесу досягнення професійної самореалізації жінок зрілого віку;

- *набули подальшого розвитку* уявлення про комплекси провідних життєвих та професійних компетенцій, особистісних якостей та системоутворювальних характеристик, розвиток яких забезпечує процес професійної самореалізації жінок зрілого віку; види та зміст діяльності психолога у методичному забезпеченні цього процесу.

Практичне значення одержаних результатів полягає в тому, що на основі змісту психологічного конструкту професійної самореалізації особистості розроблено діагностичний комплекс методик, визначено критерії оцінювання показників професійної самореалізації, розкрито основні характеристики їх відносних рівнів. Розроблено, апробовано та впроваджено програму оптимізації професійної самореалізації жінок зрілого віку, яка може бути застосована у практиці психосоціальної роботи з населенням, центрах творчості й соціальної роботи, професійній підготовці фахівців в умовах вищих навчальних закладів.

Результати дослідження можуть бути застосовані для розробки лекційних курсів, спецкурсів та семінарських занять, практикумів та спецпрактикумів із

психології у вищих навчальних закладах і можуть доповнити зміст навчальних дисциплін: «Психологія професіоналізму», «Психологія професійної кар'єри», «Вікові та психологічні особливості процесу професійного розвитку».

Апробація та впровадження результатів дисертації. Основні положення дисертації викладено в публікаціях дістали своє відображення в публікаціях автора, доповідались й отримали схвалення на Вченій раді, щорічних наукових конференціях викладачів, розширених засіданнях кафедри вікової та педагогічної психології, кафедри практичної психології та психотерапії Рівненського державного гуманітарного університету. Результати досліджень апробовано на Всеукраїнських, міжнародних та закордонних конференціях та інтернет-конференціях: міжнародній конференції «Здоров'я, освіта, наука та самореалізація молоді» (Чернівці, 2014), всеукраїнській інтернет-конференції «Особистісне зростання: теорія і практика» (Житомир, 2014), міжнародній конференції «Наука, освіта, суспільство очима молодих» (Рівне, 2014); міжнародній інтернет-конференції «Актуальні проблеми гуманітарних наук у дослідженні молодих науковців» (Київ, 2014), всеукраїнській конференції «П'яти Сіверянські соціально-психологічні читання» (Чернігів, 2014), міжнародній конференції «Психологічні основи здоров'я, освіти, науки та самореалізації молоді» (Рівне, 2015), міжнародній конференції «Актуальні проблеми психології особистості та міжособистісних взаємин» (Кам'янець-Подільський, 2015), міжнародній інтернет-конференції «Актуальні проблеми теоретичної та консультативної психології» (Київ, 2015), закордонній конференції «Pedagogy and Psychology In an Era of Increasing Flow of Information – 2015» (Будапешт, 2015), міжнародній конференції «Психологічні аспекти вікової генези особистості: пошук, інновації, ресурс» (Рівне, 2016), міжнародній конференції «Психологія в Україні та за кордоном» (Київ, 2016), міжнародній конференції «Актуальні питання сучасної психології» (Дніпропетровськ, 2016).

Результати дисертації *впроваджено* у навчально-виховний процес підготовки майбутніх фахівців у Рівненському обласному інституті післядипломної освіти (довідка № 300 від 28 лютого 2017 року); Рівненському державному гуманітарному університеті (довідка № 14 від 10 лютого 2017 року), Житомирському державному університеті імені Івана Франка (довідка № 542 від 16 лютого 2017 року), Криворізькому державному педагогічному університеті (довідка № 09/1-68/3), Черкаському обласному інституті післядипломної педагогічної освіти (довідка № 58/01-18).

Публікації. Результати дисертаційного дослідження висвітлено в 13 одноосібних публікаціях автора, 6 з яких опубліковано у наукових фахових виданнях, затверджених МОН України, 1 – в закордонному періодичному виданні, 2 – у виданнях, що індексуються у наукометричних базах, та 4 – у збірниках матеріалів за результатами конференцій.

Структура дисертації. Дисертація складається зі вступу, трьох розділів, що закінчуються висновками, загальних висновків, списку використаних джерел

(138 найменувань, з них 7 – іноземними мовами) і додатків. Основний зміст дисертації викладено на 163 сторінках тексту, до якого входить 27 таблиць та 16 рисунків. Загальний обсяг дисертації – 209 сторінок.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ

У **вступі** обґрунтовано актуальність проблеми дослідження, сформульовано мету, гіпотезу й завдання, визначено його об'єкт, предмет, викладено наукову новизну й практичне значення роботи; наведено відомості про апробацію та впровадження одержаних результатів, подано інформацію про структуру та обсяг роботи.

У першому розділі – **«Теоретико-методологічні засади дослідження проблеми самореалізації жінок зрілого віку»** – викладено результати теоретико-методологічного аналізу проблеми самореалізації в системі понять вітчизняної та зарубіжної психології, визначено психологічні особливості процесу самореалізації та становлення жінки у період зрілості, розглянуто поняття самореалізації особистості зрілої жінки у професійній діяльності у руслі життєтворчості.

На основі теоретичного аналізу з'ясовано, що проблема самореалізації особистості є предметом досліджень різноманітних психологічних підходів, теорій та концепцій (психофізіологічний, особистісний, діяльнісний, феноменологічний, потребнісний тощо). Різним аспектам процесу самореалізації особистості присвятили роботи такі загальноновизнані вітчизняні та зарубіжні учені: А. Адлер, Л. І. Божович, Н. В. Борисова, Л. С. Виготський, Т. П. Вівчарик, Г. Б. Гандзілевська, Д. Б. Ельконін, Е. Еріксон, В. В. Зарицька, О. П. Колісник, І. С. Кон, Л. О. Коростильова, Д. О. Леонт'єв, А. В. Петровський, Ж. Піаже, Ф. Перлз, К. Роджерс, С. Л. Рубінштейн, Г. С. Салліван, Б. Ф. Скіннер, М. І. Томчук, З. Фройд, Е. Фромм, К. Хорні, К. Г. Юнг та ін.

У структурі самореалізації виділяють ціннісно-смісловий (екзистенційні переживання), просторово-часовий (автентичність) і особистісно-ситуативний компоненти (Л. І. Анциферова, Є. П. Варламова). Також розрізняють рівні самореалізації: 1) примітивно-виконавчий; 2) індивідуально-виконавчий; 3) реалізації ролей та норм у соціумі; 4) сенсожиттєвої та ціннісної реалізації (Л. О. Коростильова). Русійними силами процесу самореалізації виступають діалектичні суперечності між надбанням та розкриттям внутрішньої сутності, соціальним і біологічним, суспільним та індивідуальним (В. І. Муляр). Серед основних детермінант процесу самореалізації вчені називають потреби, інтереси, цілі, ідеали (К. О. Абульханова-Славська, В. І. Муляр). Важливою її умовою є внутрішня активність (Л. М. Коган). Механізмом самореалізації виступає самотворчість особистості у розкритті власних потенціалів, постановці та досягненні життєвих цілей (В. М. Ямницький).

Складний системний характер поняття самореалізації найбільш послідовно представлено у концепції розвитку життєтворчої активності особистості

В. М. Ямницького. Провідною характеристикою життєтворчості виступає розуміння людини як суб'єкта власного індивідуального життя, яке, за такого підходу, перетворюється на об'єкт творчого здійснення (Н. М. Ануфрієва, Є. П. Варламова, О. А. Донченко, Г. М. Несен, Л. В. Сохань, С. Ю. Степанов, Т. М. Титаренко, В. І. Шинкарук та ін.). З позицій цієї концепції самореалізація є видом суб'єктної активності, що виступає кінцевою метою, найвищим рівнем адаптаційних процесів, спрямовується позитивним подоланням кризи екзистенційності, характеризується досягненням простору «Я-потенційного», завершенням цільового способу буття й переходом до реалізації смислового у формі соціотворчості.

Як випливає з сучасних наукових уявлень про об'єкт дослідження, самореалізація є системним утворенням, яке інтегрує в собі складну взаємодію різнопорядкових параметрів. Тому наш науковий пошук здійснювався у межах системного підходу (І. В. Блауберг, В. О. Ганзен, М. І. Сетров, Г. П. Щедровицький та ін.). Використаний нами метод якісних структур дозволив здійснити системний опис самореалізації особистості як цілісного об'єкта, визначити його провідні *психологічні чинники*: особистісний потенціал, цілепокладання, активність, рефлексія; та чотири відносних виміри прояву: суб'єктний (I), нереалізованості (кризи самореалізації) (II), самовідчуження (III) та саморозвитку/самоствердження (IV). Побудова психологічного конструкту (рис.1) дала підстави сформулювати власне розуміння самореалізації *як активності особистості, спрямованої на розкриття власного особистісного потенціалу в процесі втілення життєвого проекту на підставі рефлексії та цілепокладання*.

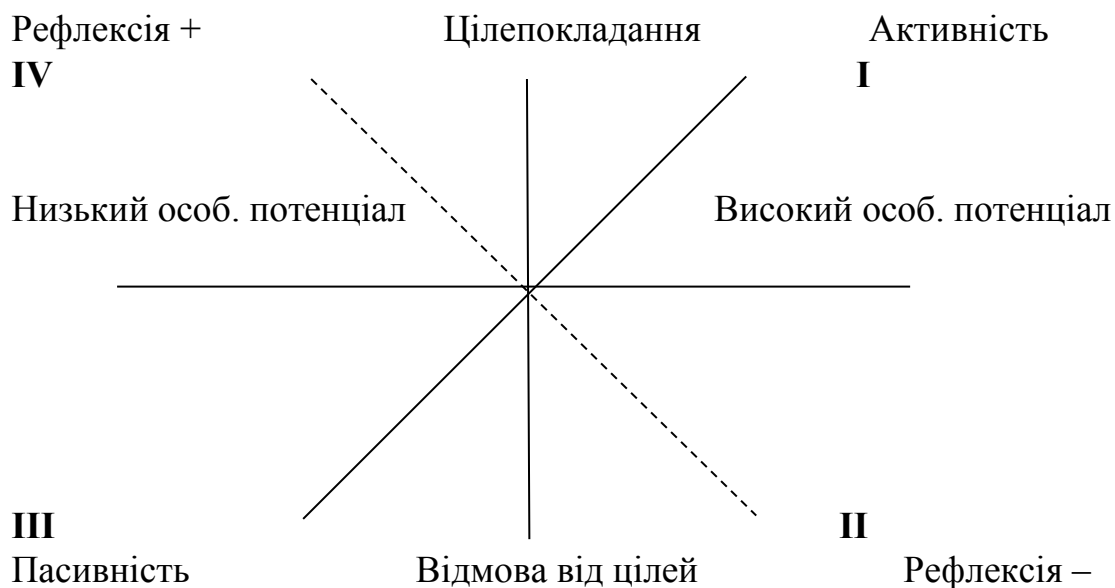


Рис. 1. Цілісність самореалізації особистості у вигляді матриці

За даними нашого аналізу, поетапну структуру професійної самореалізації складає послідовність: професійне самовизначення, професійний розвиток, професійне становлення (професіоналізм) (К. В. Федосенко). Особливості професіоналізму як найвищої стадії самореалізації досліджувалися представниками акмеологічного підходу, в межах якого розрізняють професійну самосвідомість, професійну самооцінку, професійну зрілість тощо (Б. Г. Ананьєв, О. О. Бодальов, А. О. Деркач, Р. В. Каламаж, Н. В. Кузьміна, А. К. Маркова, І. Д. Пасічник, Ю. П. Поваренков та ін.). Одним із показників досягнення професійної самореалізації у період зрілості розглядається кар'єра професіонала (Д. Сьюпер, Д. Холл).

Провідні чинники професійної самореалізації, спроектовані на координати базису методу якісних структур, набувають такого вигляду (рис. 2): аспектом організації цілого виступає *професійна компетентність*, як сукупність задатків, здібностей, емоційно-вольового потенціалу та професійних навичок, знань, умінь та досвіду; аспектом функціонування – *професійна спрямованість* як сукупність професійних цілей та мотивацій; аспектом зв'язку – *професійна діяльність*; і аспектом координації – *професійна самосвідомість*.

З системного опису професійна самореалізація особистості може бути визначена як *вид суб'єктної активності, що виявляється у професійній діяльності, спрямована на досягнення професійних цілей на підставі професійної компетентності та професійної самосвідомості в процесі втілення життєвого проекту*. На рівні структури в ній можна виокремити такі компоненти: мотиваційно-цільовий: професійна спрямованість (цілі, мотивація); ціннісно-смысловий: професійна самосвідомість (Я-концепція, самооцінка, рефлексія, особистісна зрілість); операційний: професійна компетентність (сукупність задатків, здібностей, емоційно-вольового потенціалу та професійних навичок, знань, умінь, навичок та досвіду).

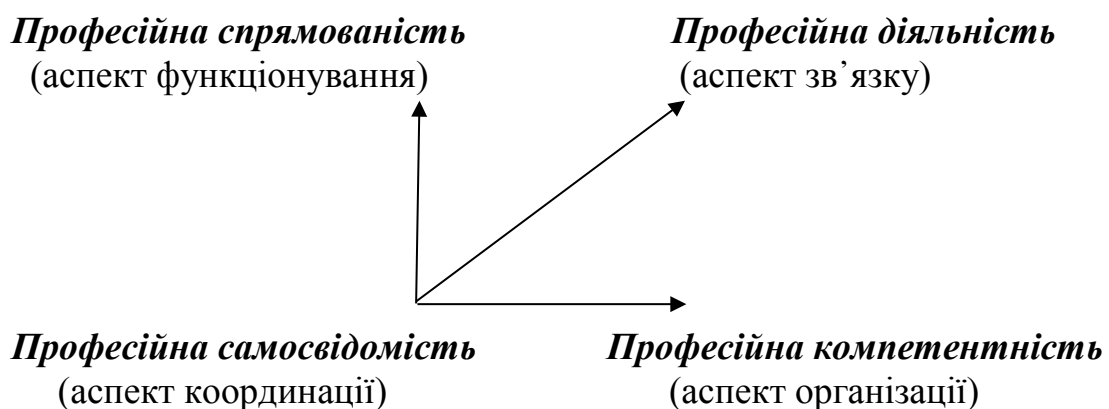


Рис. 2. Системний опис професійної самореалізації особистості за методом якісних структур

Проблему самореалізації особистості зрілого віку досліджували як вітчизняні, (П. Є. Астаф'єв, Л. І. Божович, М. Б. Гасюк, С. Д. Павличко, А. В. Петровський, В. М. Ямницький та ін.), так і зарубіжні вчені (С. де Бовуар, З. Фройд, Р. Фрейджер, Дж. Мітчел, К. Г. Юнг та ін.). Досягнення високих рівнів розвитку в зрілому віці є можливим унаслідок того, що психічні функції знаходяться в умовах найбільш сприятливого навантаження, підсиленої мотивації, операційних перетворень, що свідчить на користь обрання вікового періоду дорослості як оптимального в контексті дослідження самореалізації особистості (О. О. Бодальов, А. О. Деркач, Л. Б. Орбан-Лембрик, Н. І. Пов'якель та ін.). У нашій роботі ми спираємося на періодизацію Г. Крайг, яка виокремлює ранню (20-45 років), середню (40/45-60 років) і пізню зрілість (більше 60 років). Регуляція активності особистості на цьому етапі відбувається кризами середини життя (нормативною) та кризою самореалізації (термінальною), що може супроводжуватися зміною напрямку професійної діяльності (Р. А. Ахмеров, Т. М. Титаренко, М. Б. Гасюк та ін.).

Співставлення результатів теоретичного аналізу з розробленим нами психологічним конструктом, їх розгляд в межах психології життєтворчої активності особистості дозволяє окреслити наше *розуміння професійної самореалізації як процесу досягнення найвищого ступеня адаптації особистості в професії та переходу до професійної творчості, сензитивним періодом якого є віковий проміжок середньої дорослості.*

Внаслідок наявності основної фундаментальної біологічної відмінності між жінками і чоловіками – здатності до виношування та народження дітей – та в силу існування цілої низки соціальних умов, професійна самореалізація має гендерні особливості. Дослідники відзначають такі психологічні, соціальні, професійні та комунікативні особливості професійної самореалізації жінок: орієнтація на суб'єктивний компонент кар'єрного просування (В. Г. Горчакова); на спілкування, психологічний клімат у колективі (О. М. Разумнікова); триваліший порівняно з чоловіками «період учнівства» (Р. Дроєдж, Д. Левінсон); переключення цікавості від досягнення успіху в професійній сфері до отримання задоволення від особистих стосунків.

У другому розділі – **«Експериментальне дослідження особливостей професійної самореалізації жінок у зрілому віці»** – представлено організаційні та методичні засади експериментального дослідження особливостей професійної самореалізації жінок зрілого віку. Характеризується комплекс психодіагностичних методів дослідження; подано кількісний та якісний аналіз результатів констатувального експерименту, на основі яких виявлено психологічні особливості, емпіричні кореляції, критерії, рівні та динаміку даного психічного утворення.

З метою експериментальної перевірки гіпотез, що були сформульовані в ході наукового пошуку, нами було проведено експериментальне дослідження, що проводилось упродовж 2015-2016 років на базі Рівненського державного

гуманітарного університету, Здолбунівського дошкільного навчального закладу № 5 «Усмішка», Здолбунівської ЗОШ № 3, соціальних мереж VKontakte і Facebook у психологічно орієнтованих спільнотах. Загальна кількість досліджуваних становила 110 жінок.

Мета емпіричної частини дослідження: з'ясувати рівень та особливості сформованості професійної самореалізації; розробити та експериментально перевірити програму її оптимізації.

Результати, що відповідали відносному вищому рівню, було зафіксовано за показниками професійної спрямованості, задоволеністю професійною діяльністю та громадянського обов'язку (професійна самосвідомість). Інші показники здебільшого знаходилися в зоні середніх значень. Зокрема: 1) рівень особистісної зрілості респондентів характеризувався високими показниками емоційної стійкості (25,5% респондентів), гіпотимії–гіпертимії (34,6% респондентів) на тлі низьких значень самоконтролю поведінки (47,3%) та емоційної зрілості (20%), а також високими показниками громадянського обов'язку (53,6%) та мотивації досягнень (30,9%); 2) зафіксовано недостатній рівень розвитку онтогенетичної рефлексії (8,2% – високий рівень) та високий рівень задоволеності працею (63,6%) і мотивації на успіх в цілому по вибірці (55,4%); 3) значення показника суб'єктивного благополуччя переважно знаходилися у зоні середніх значень (97,3%); 4) діагностовано недостатній рівень розвитку таких показників, як ставлення до свого Я (71,8% – низький рівень) та психологічної близькості з іншими (66,4% – низький рівень); 5) переважна більшість показників самоактуалізації в цілому по вибірці коливалися в межах середніх значень, що вказує на недостатній рівень репрезентації цієї якості. Найбільш високим рівнем розвитку характеризується показник гнучкості поведінки (35,5%) та самоповаги (33,6%). Констатовано низькі результати досліджуваних за показником спонтанності (41,8%) та синергічності (41,8%).

За більшістю показників діагностичного комплексу, на констатувальному етапі експерименту рівень професійної самореалізації жінок зрілого віку був охарактеризований нами як середній, лише значення показника онтогенетичної рефлексії зафіксовано в зоні низьких значень (34,5% – низький; 8,2% – високий).

Експериментальне підтвердження теоретичних уявлень щодо змісту та структури психологічного конструкту професійної самореалізації особистості здійснювалося на основі кореляційного аналізу показників досліджуваного феномену, який засвідчив, що феномен професійної самореалізації особистості відзначається складною багатofакторною структурою. З метою її виявлення ми використали факторний аналіз.

На підставі процедури факторизації масиву показників професійної самореалізації було отримано чотири фактори: *адаптація–неприйняття* (орієнтація в часі K1+, гнучкість поведінки K4+, самоприйняття K8+, контактність K12+, креативність K14+, прийняття агресії K11⁻), *саморефлексія–незадоволення* (сензитивність K5+, самоповага K7+, прийняття агресії K11+,

задоволеність працею ZP^-), *особистісна зрілість* (мотивація досягнень D^+ , ставлення до свого Я C^+ , почуття громадянського обов'язку O^+ , життєва установка U^+), *вольова регуляція–емоційна слабкість* (емоційна стійкість E^+ , самоконтроль поведінки SP^+ , гіпотимія G^+ , фрустрованість F^- , емоційна незрілість Z^-). Як засвідчило порівняння отриманих факторів із результатами теоретичного пошуку, кожен з визначених теоретичним шляхом чинників знайшов своє відображення серед чотирьох факторів відповідного змісту та структури.

Побудова психологічного конструкту в теоретичній частині роботи дозволила нам висунути припущення про існування двох стратегій професійної самореалізації жінок зрілого віку: 1) самоствердження, пошуку соціального визнання; 2) реалізації у професії шляхом професійного розвитку. Експериментальна перевірка підтвердила гіпотезу і засвідчила, що в межах вибірки жінки зрілого віку реалізують себе у професійній діяльності здебільшого через стратегію соціального самоствердження (9,96 із 16 балів – 62,3%). У більшості респондентів, незалежно від стратегії, діагностовано андрогінний тип психологічної статі (8,5 із 16 балів – 53,1%). На нашу думку, такі результати характеризують особливості вибірки, а також опосередковано вказують на той факт, що процес гендерної соціалізації сучасного українського суспільства характеризується тенденцією андрогінності. При цьому жінки зрілого віку із фемінним типом психологічної статі переважно обирають стратегію професійного розвитку, жінки зрілого віку із андрогінним і маскуліним типом – стратегію соціального самоствердження.

Третій розділ – **«Експериментальна програма оптимізації професійної самореалізації жінок зрілого віку»** – висвітлює змістовно-методичні засади побудови програми оптимізації професійної самореалізації жінок зрілого віку: мету, завдання, принципи, форми та методи психологічного впливу. З позицій визначення ефективності розробленої програми проаналізовано якісні та кількісні результати її апробації.

Метою програми було створення психологічних умов для підвищення здатності кожної учасниці до реалізації особистісно-професійного потенціалу у професійній діяльності, що в результаті сприятиме підвищенню мотивації до успіху, рівня задоволеності працею та суб'єктивного благополуччя, формування потрібних професійних якостей, досягнення високого рівня особистісної зрілості та професійного акме.

Континуум завдань припускав виділення в структурі програми трьох послідовних *рівнів*: 1) орієнтувального; 2) адаптаційного; 3) професійної зрілості. Орієнтувальний рівень передбачав особистісну ідентифікацію та професійне самовизначення учасниць, інтеграцію професійних уявлень, актуалізацію професійних якостей. Адаптаційний – був спрямований на дослідження кар'єрного зростання суб'єкта професійної діяльності, адаптації до професії, розвиток особистості як професіонала. Рівень професійної зрілості передбачав

сенсожиттєву та ціннісну орієнтацію, творче самопроекування професійного становлення особистості, рефлексію шляхів досягнення професіоналізму.

Задля реалізації мети та завдань програми в процесі занять нами використовувалися: консультативна бесіда, психотренінгові методи (групової дискусії, тілесної терапії, медитативні техніки тощо), елементи методу кататимно-імагінативної психотерапії (символдрами). Тренінгова програма була розрахована на 30 годин (15 занять тривалістю 2 години кожне). Заняття відбувалися один раз на тиждень. Експериментальну групу (60 респондентів) було поділено на 5 груп по 12 учасниць у кожній тренінговій групі.

За підсумками формувального етапу експериментального дослідження з метою перевірки його ефективності було проведено повторне діагностування респондентів. Порівняння показників двох зрізів (до і після формувального впливу) респондентів експериментальної групи засвідчило наявність достовірних відмінностей за лінійною кореляцією Пірсона за такими показниками: мотивація успіху-невдачі: М, М1 ($r=726$, $p\leq 0,05$), почуття громадянського обов'язку: О, О1 ($r=801$, $p\leq 0,05$), життєва установка: У, У1 ($r=900$, $p\leq 0,05$), гіпотимія–гіпертимія: G, G1 ($r=842$, $p\leq 0,05$), психологічна близькість із іншими: В, В1 ($r=776$, $p\leq 0,05$), задоволеність працею: ZP, ZP1 ($r=890$, $p\leq 0,05$), К1, КА1 ($r=656$, $p\leq 0,05$), підтримка: К2, КА2 ($r=805$, $p\leq 0,05$), уявлення про природу людини: К9, КА9 ($r=301$, $p\leq 0,05$), пізнавальні потреби: К13, КА13 ($r=481$, $p\leq 0,05$). Для визначення характеру спрямованості означених змін застосовано метод Т Уїлкоксона. Варто відмітити наступні позитивні зміни: збільшення мотивації на успіх М+ (13,25→15,27), підвищення показника життєвої установки У+ (8,51→11,04), зміщення гіпотимії до гіпертимії G+ (7,16→7,93), підвищення орієнтації в часі К1 (7,6→9,44), збільшення показника підтримки К2 (42,05→45,84), уявлення про природу людини К9 (5,51→7,58), пізнавальні потреби К13 (5,11→7,47), зниження показника фрустрованості F- (5,76→5,38), що в цілому свідчить про ефективність психологічного впливу.

Натомість у контрольній групі достовірних відмінностей за більшістю показників не відбулося. Означену динаміку ми розглядаємо як підтвердження ефективності формувальної частини експерименту та гіпотез дослідження загалом.

ВИСНОВКИ

У дисертації представлено теоретичне узагальнення та нове вирішення проблеми професійної самореалізації жінок зрілого віку, що полягає у здійсненні системного вивчення феномена професійної самореалізації особистості, визначенні й описі його структури, особливостей та чинників, обґрунтуванні теоретико-методологічних і методичних основ. Розроблено, апробовано та впроваджено експериментальну програму оптимізації професійної самореалізації жінок зрілого віку.

1. Проблема самореалізації особистості вивчалася в межах різних психологічних підходів (психофізіологічний, особистісний, діяльнісний,

феноменологічний, потребнісний тощо), теорій та концепцій (філософська антропологія, психологія життєвого шляху особистості, гуманістична та глибинна психологія). Спорідненими з терміном «самореалізація», але не тотожними йому, є поняття «самовираження», «самоствердження», «саморозвиток» і «самоактуалізація».

У результаті теоретичного аналізу з'ясовано, що рушійними силами процесу самореалізації є діалектичні суперечності між соціальним і біологічним, суспільним та індивідуальним. Серед основних детермінант процесу самореалізації вчені називають потреби, інтереси, цілі, ідеали. Важливою її умовою є внутрішня активність. Механізмом самореалізації є самотворчість особистості у розкритті власних потенціалів, поставленні та досягненні життєвих цілей.

Більшість підходів розглядають проблему самореалізації в контексті життєвого шляху особистості, відзначають її зв'язок з процесами становлення суб'єктності та творчості.

2. Системний опис самореалізації особистості як цілісного об'єкта та побудова психологічного конструкту професійної самореалізації жінок зрілого віку дозволили визначити її провідні психологічні чинники: особистісний потенціал, цілепокладання, активність, рефлексія; та чотири відносних виміри прояву: суб'єктний, нереалізованості (кризи самореалізації), самовідчуження та саморозвитку / самоствердження.

У межах концепції життєтворчої активності особистості професійна самореалізація розглядається як частковий випадок самореалізації особистості, як частина життєвого проекту, спрямована на реалізацію професійних цілей. Побудова психологічного конструкту професійної самореалізації дозволила визначити її як вид суб'єктної активності, що виявляється у професійній діяльності, спрямована на досягнення професійних цілей на підставі професійної компетентності та професійної самосвідомості в процесі втілення життєвого проекту. Процесуальні аспекти професійної самореалізації передбачають досягнення найвищого ступеня адаптації особистості в професії та переходу до професійної творчості, сензитивним періодом якого є віковий проміжок середньої дорослості. Регуляція активності особистості на цьому етапі відбувається кризами середини життя (нормативною) та кризою самореалізації (термінальною), що може супроводжуватися зміною напряму професійної діяльності.

Одним із соціальних показників успішності професійної самореалізації є кар'єра, яка може бути співвіднесена з виміром саморозвитку / самоствердження самореалізації особистості. Побудова психологічного конструкту дозволила припустити існування двох стратегій професійної самореалізації – самоствердження (пошук соціального визнання) та реалізації у професії шляхом професійного розвитку.

Аналіз гендерних відмінностей професійної самореалізації засвідчив вплив гендерних стереотипів на процес і результат самореалізації жінок зрілого віку та

низку її психологічних особливостей: злитість ідентичності та репродуктивності; пріоритетність сімейної проблематики; триваліший порівняно з чоловіками «період учнівства»; орієнтація на спілкування, роботу з людьми, психологічний клімат у колективі; переключення цікавості від досягнення успіху в професійній сфері до отримання задоволення від особистих стосунків.

3. За даними констатувального експерименту, за переважною більшістю показників рівень сформованості компонентів професійної самореалізації характеризувався середніми значеннями, що може вважатися недостатнім для розв'язання життєвих завдань у професійній сфері.

Результати кореляційного аналізу підтвердили складну системну будову феномену самореалізації, що характеризується взаємозв'язком і взаємопроникненням різноспрямованих показників емоційно-вольового блоку, самоактуалізації, особистісної зрілості. На підставі процедури факторного аналізу виділено чотири фактори: адаптація–неприйняття, саморефлексія–незадоволення, особистісна зрілість, вольова регуляція–емоційна слабкість.

Експериментальна перевірка підтвердила гіпотезу щодо існування стратегій професійної самореалізації особистості. Жінки зрілого віку реалізують себе у професійній діяльності здебільшого через стратегію соціального самоствердження. У більшості респондентів незалежно від стратегії професійної самореалізації діагностовано андрогінний тип психологічної статі. При цьому жінки зрілого віку із фемінним типом психологічної статі переважно обирають стратегію професійного розвитку, жінки зрілого віку із андрогінним і маскуліним типом – стратегію соціального самоствердження.

4. Розроблено експериментальну програму психологічної оптимізації професійної самореалізації жінок зрілого віку. Вона враховувала комплексний характер проведення розвивального впливу, представленого трьома послідовними рівнями: 1) орієнтувальним; 2) адаптаційним; 3) професійної зрілості. Досягнення мети кожного з рівнів забезпечувалося використанням комплексу методів, представлених тренінговим, ігровим та рефлексивним блоками. Сукупність трьох рівнів утворила систему психотренінгового впливу оптимізації професійної самореалізації особистості. Його провідними методами виступили: консультативна бесіда, психотренінгові методи (групової дискусії, тілесної терапії, медитативні техніки тощо), елементи кататимно-імагінативної психотерапії (символдрами).

У результаті контрольного етапу експериментального дослідження за допомогою використання t-критерію Стьюдента встановлено достовірність відмінностей результатів експериментальної групи до та після формувального впливу за такими параметрами: підвищення показника емоційної стійкості, зрілості, самоконтролю поведінки, зміщення результатів респондентів від полюсу гіпотимії до гіпертимії; зниження показника фрустрованості; зростання результатів у напрямі додатного полюсу за показником мотивації досягнень та життєвої настанови; підвищення значень показників самоактуалізації: орієнтації в

часі, підтримки, самоприйняття, уявлення про природу людини, пізнавальних потреб, що в цілому свідчить про ефективність психологічного впливу.

Теоретичні положення та експериментальні результати дослідження не вичерпують проблему професійної самореалізації особистості зрілого віку у всій її складності та багатовимірності. Для подальшого її вивчення вважаємо перспективною розробку методики діагностування професійної самореалізації особистості; дослідження феноменології, закономірностей, професійної самореалізації суб'єктного рівня; вивчення перешкод процесу набуття статусу суб'єкта професійної самореалізації.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ АВТОРОМ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

*Статті, надруковані у виданнях, що затверджені
як фахові у галузі психології*

1. Тищенко І. А. Кар'єра як механізм досягнення професійної самореалізації жінок у зрілому віці / І. А. Тищенко // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. – Київ : НПУ, 2015. – Вип. 2 (27). – С. 36-41. – (Серія 12 : Психологічні науки).

2. Тищенко І. А. Поняття самореалізації жінок зрілого віку у професійній діяльності / І. А. Тищенко // Наука і освіта : Науково-практичний журнал Південного наукового центру НАПН України. – Одеса: ПУНПУ, 2014. – Вип. № 5. – С. 84-89.

3. Тищенко І. А. Психологічні аспекти самореалізації особистості у вітчизняній психології / І. А. Тищенко // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. – Чернігів : ЧНПУ, 2014. – Вип. № 121. – Том 2. – С. 169-171. – (Серія : Психологічні науки).

4. Шестопап І. А. Гендерні особливості професійної самореалізації особистості / І. А. Шестопап // Проблеми сучасної психології : Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. – Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2016. – Вип. 34. – С. 614-623.

5. Шестопап І. А. Особливості особистісного розвитку жінок зрілого віку у руслі професійної самореалізації / І. А. Шестопап // Психологія : реальність та перспективи : Збірник наукових праць Рівненського державного гуманітарного університету. – Рівне : РДГУ, 2016. – Вип. 7. – С. 30-39.

6. Тищенко І. А. Аналіз психологічних перешкод самореалізації жінок у професійній діяльності / І. А. Тищенко // Науковий вісник Чернівецького університету. – Чернівці : ЧНУ, 2014. – Вип. 686. – С. 167-173.

Публікації у виданнях інших держав

7. Тищенко І. А. Акмеологічний підхід до професійної самореалізації особистості зрілого віку / І. А. Тищенко // Pedagogy and Psychology : Science and Education a New Dimension. – BUDAPEST, 2015. – III (26). – С. 64-67.

Публікації в інших виданнях (матеріали конференції тощо)

8. Тищенко І. А. Самореалізація зрілої жінки в контексті акмеологічних досліджень / І. А. Тищенко // Актуальні проблеми психології особистості та міжособистісних взаємин. Матеріали VII Міжнародної науково-практичної конференції ; КПНУ ім. І. Огієнка ; Ін-т психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. – Кам'янець-Подільський, 2015. – С. 127-130.

9. Шестопа І. А. Психологічні особливості професійної самореалізації жінок зрілого віку / І. А. Шестопа // Психологія в Україні та за кордоном : Матеріали III Міжнародної науково-практичної конференції. – Київ : Гельветика, 2016. – С. 102-106. (*«Наукометричне видання. Індекс Copernicus, РИНЦ, ScholarGoogle, OAJI, CiteFactor, Research Bible»*).

10. Шестопа І. А. Поняття особистісної зрілості жінок у руслі професійної самореалізації / І. А. Шестопа // Актуальні питання сучасної психології : Матеріали III Міжнародної науково-практичної конференції. – Дніпропетровськ : Гельветика. – 2016. – С. 107-110. (*«Наукометричне видання. Індекс Copernicus, РИНЦ, ScholarGoogle, OAJI, CiteFactor, Research Bible»*).

11. Тищенко І. А. Поняття самореалізації особистості у руслі вікових та гендерних аспектів / І. А. Тищенко // Наука, освіта, суспільство очима молодих : Матеріали VII Міжнародної науково-практичної конференції студентів та молодих науковців. Част. 1. Психолого-педагогічний напрям. – Рівне : РДГУ, 2014. – С. 190-192.

12. Тищенко І. А. Вплив статево-рольових стереотипів на професійну самореалізацію жінок у руслі проблеми гендерної освіти / І. А. Тищенко // Психологія : реальність і перспективи. – Рівне : РДГУ, 2015. – Вип. 4. – С. 254-257.

13. Тищенко І. А. Поняття самореалізації особистості в контексті зарубіжних психологічних теорій / І. А. Тищенко // Гуманітарний корпус : Збірник наукових статей з актуальних проблем філософії, культурології, психології, педагогіки та історії. – Київ : Генеза, 2014. – Вип. 3. – С. 286-289.

АНОТАЦІЇ

Шестопа І. А. Психологічні особливості професійної самореалізації жінок зрілого віку. – На правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. – Національний університет «Острозька академія», Острог, 2017.

Дисертація присвячена теоретико-експериментальному дослідженню психологічних особливостей та чинників професійної самореалізації жінок зрілого віку.

У роботі представлено аналіз провідних дослідницьких парадигм та підходів до визначення сутності понять «самореалізація», «професійна самореалізація» особистості, здійснено системне вивчення феномена професійної

самореалізації, визначено й описано його структуру, психологічні особливості та чинники. Розроблено психологічні засади професійної самореалізації особистості як психологічної категорії на рівні психологічного конструкту, визначено її психологічні механізми та стратегії, описано феноменологію. Визначено віковий проміжок, сензитивний для розвитку.

Експериментально виявлено, що процес професійної самореалізації жінок зрілого віку відзначається складною багатофакторною структурою та відбувається в умовах впливу гендерних стереотипів. Обґрунтовано необхідність, розроблено, апробовано та доведено ефективність програми оптимізації процесу професійної самореалізації жінок зрілого віку.

Ключові слова: професійна самореалізація, жінки зрілого віку, психологічні особливості та чинники, особистісний потенціал, рефлексія, гендер, життєтворчість, кар'єра, стратегії самореалізації.

Шестопап І. А. Психологические особенности профессиональной самореализации женщин зрелого возраста. – На правах рукописи.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.07 – педагогическая и возрастная психология. – Национальный университет «Острожская академия», Острог, 2017.

Диссертация посвящена теоретико-экспериментальному исследованию психологических особенностей и факторов профессиональной самореализации женщин зрелого возраста.

В первом разделе изложены теоретико-методологические основы исследования проблемы самореализации в системе понятий отечественной и зарубежной психологии, определены психологические особенности процесса самореализации и становления женщины в период зрелости, рассмотрено понятие самореализации личности зрелой женщины в профессиональной деятельности в русле житнетворчества. Проведён анализ ведущих исследовательских парадигм и подходов к определению сущности понятий «самореализация», «профессиональная самореализация» личности, осуществлено системное изучение феномена профессиональной самореализации, определены и описаны его структура, психологические особенности и факторы. Разработаны психологические основы профессиональной самореализации личности как психологической категории на уровне психологического конструкта, установлены ее психологические механизмы и стратегии, описано феноменологію. Определен возрастной промежуток, сензитивный для развития достижения профессиональной самореализации.

Во втором разделе представлены организационные и методические основы экспериментального исследования особенностей профессиональной самореализации женщин зрелого возраста. Характеризуется комплекс психодиагностических методов исследования; изложены количественный и качественный анализы результатов констатирующего эксперимента, на основе

которых выявлены психологические особенности, эмпирические корреляты, критерии, уровни и динамика данного психического образования. Экспериментально установлено, что процесс профессиональной самореализации женщин зрелого возраста отмечается сложной многофакторной структурой и происходит в условиях воздействия гендерных стереотипов.

Третий раздел представляет собой содержательно-методические основы построения программы оптимизации профессиональной самореализации женщин зрелого возраста: цели, задачи, принципы, формы и методы психологического воздействия. С позиций определения эффективности разработанной программы проанализированы качественные и количественные результаты ее апробации. Выявлена динамика уровней профессиональной самореализации в экспериментальной и контрольной группах в условиях целенаправленного психологического воздействия.

В работе проведён анализ ведущих исследовательских парадигм и подходов к определению сущности понятий «самореализация», «профессиональная самореализация» личности, осуществлено системное изучение феномена профессиональной самореализации, определены и описаны его структура, психологические особенности и факторы. Разработаны психологические основы профессиональной самореализации личности как психологической категории на уровне психологического конструкта, установлены ее психологические механизмы и стратегии, описано феноменологию. Определены возрастной промежуток, сензитивный для развития.

Экспериментально установлено, что процесс профессиональной самореализации женщин зрелого возраста отмечается сложной многофакторной структурой и происходит в условиях воздействия гендерных стереотипов. Обоснована необходимость, разработана, апробирована и доказана эффективность программы оптимизации процесса профессиональной самореализации женщин зрелого возраста.

Научная новизна и теоретическое значение исследования состоит в том, что впервые представлен концептуально-методический подход к проблеме профессиональной самореализации женщин зрелого возраста в контексте психологии жизнотворчества личности, что заключается в конкретизации и обосновании теоретико-методологических и методических основ развития профессиональной самореализации в течение средней зрелости; построено психологический конструкт самореализации личности, определены его психологические факторы (личностный потенциал, рефлексия, активность, целеполагание) и четыре относительных измерения проявления: субъектный, нереализованности (кризиса самореализации), самоотчуждения и саморазвития / самоутверждения; установлено сензитивный период процесса самореализации (средняя зрелость) и регуляторы активности личности как мотивационной основы самореализации (кризиса среднего возраста и нереализованности).

Осуществлено системное изучение феномена профессиональной самореализации, определены и описаны его причины (профессиональная компетентность, профессиональное самосознание, профессиональная направленность, профессиональная деятельность) и стратегии (саморазвития, социального признания) описано психологические особенности профессиональной самореализации женщин зрелого возраста (ход процесса в условиях воздействия гендерных стереотипов, влияние психологического пола на стратегии самореализации).

Уточнены сущность понятий «самореализация личности», «профессиональная самореализация личности» в рамках психологии профессионального становления и психологии жизнотворчества личности; знания об особенностях развития профессиональной самореализации личности в период средней взрослости; формы и методы оптимизации процесса достижения профессиональной самореализации женщин зрелого возраста.

Получило дальнейшего развития представления о комплексах ведущих жизненных и профессиональных компетенций, личностных качеств и системообразующих характеристик, развитие которых обеспечивает процесс профессиональной самореализации женщин зрелого возраста; виды и содержание деятельности психолога в методическом обеспечении этого процесса.

Результаты исследования могут быть применены для разработки лекционных курсов, спецкурсов и семинарских занятий, практикумов и спецпрактикумов по психологии в высших учебных заведениях и могут дополнить содержание учебных дисциплин: «Психология профессионализма», «Психология профессиональной карьеры», «Возрастные и психологические особенности процесса профессионального развития».

Ключевые слова: профессиональная самореализация, женщины зрелого возраста, психологические особенности и факторы, личностный потенциал, рефлексия, гендер, жизнотворчество, карьера, стратегии самореализации.

Shestopal I. A. Psychological characteristics of professional self-realization of mature-aged women. – Manuscript copyright.

Thesis for the degree of Candidate of Psychological Sciences in specialty 19.00.07 – pedagogical and age psychology. – The National University of Ostroh Academy, Ostroh, 2017.

The thesis is devoted to the theoretical and experimental research into psychological characteristics and factors of professional self-realization of mature-aged women.

This paper presents an analysis of the leading research paradigms and approaches to the definition of such concepts as «self-realization» and «professional self-realization» of a personality. A systematic study of the phenomenon of professional self-realization is conducted; the structure of the phenomenon and its psychological characteristics and factors are defined and described. The research develops main

psychological principles of professional self-realization of a personality as a psychological category on the level of a psychological construct, defines psychological mechanisms and strategies of professional self-realization, and describes the phenomenology. The age interval for sensitive development is determined.

It was experimentally revealed that the process of professional self-realization of mature-aged women is characterized by a complex multifaceted structure and is strongly influenced by gender stereotypes. The necessity of the optimization program of professional self-realization of mature-aged women is highlighted; the effectiveness of this program is tested and proved.

Keywords: professional self-realization, mature-aged women, psychological characteristics and factors, personality potential, reflection, gender, life creativity, career, strategies of self-realization.

Підписано до друку 10.11.2017 р. Формат 60x84 1/16.
Папір офсет. Гарнітура «Times». Друк офсет.
Ум. друк. арк. 1,16. Обл.-вид. арк. 0,9. Наклад 100 пр. Зам. 77.
Друкарня видавництва «Волинські обереги».
33028 м. Рівне, вул. 16 Липня, 38; тел./факс: (0362) 62-03-97.

Свідоцтво про внесення до Державного реєстру суб'єкта
видавничої справи ДК № 270 від 07.12.2000 р.
33028 м. Рівне, вул. 16 Липня, 38; тел./факс: (0362) 62-03-97.