

МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ

Інститут управління, психології та безпеки

Кафедра практичної психології

**ОСОБЛИВОСТІ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ЖІНОК ПІСЛЯ РОЗІРВАННЯ
ШЛЮБУ**

кваліфікаційна робота

здобувача вищої освіти

освітнього ступеня «бакалавр»

Людмили КАЗМІРЧУК

4 курсу денної форми навчання

спеціальність 053 «Психологія»

ОПП «Психологія»

Науковий керівник

кандидат психологічних наук

Петро КОЗИРА

Рецензент

кандидат психологічних наук, доцент

Ольга УГРИН

Кваліфікаційна робота допущена до захисту

«24» травня 2022 р., протокол № 15

завідувач кафедри практичної психології

кандидат психологічних наук

_____ **Галина ОДИНЦОВА**

Львів

2022

АНОТАЦІЯ

КАЗМІРЧУК Людмила Олегівна. Особливості самореалізації жінок після розірвання шлюбу

В роботі було розглянуто різні психологічні особливості жінок після розірвання шлюбу, а саме самосприйняття особистості як соціально-психологічний феномен, вплив самосприйняття на самореалізацію особистості, гендерний аспект самосприйняття і самореалізації особистості. Також було проведено емпіричне дослідження самосприйняття та самореалізації жінок після розірвання шлюбу, гендерний аспект особливостей сприйняття шлюбно-сімейного статусу, Особливості самосприйняття жінок після розлучення, Особливості самореалізації жінок після розлучення

Ключові слова: жінка, самосприйняття, чоловік, розлучення, “Я”-концепція.

Рецензент: доцент кафедри теоретичної психології, кандидат психологічних наук, доцент Угрин Ольга Георгіївна.

ANNOTATION

KAZMIRCHUK Lyudmyla Olehivna. Features of women's self-realization after divorce.

The paper considers various psychological features of women after divorce, namely self-perception of personality as a socio-psychological phenomenon, the impact of self-perception on self-realization, gender aspect of self-perception and self-realization. An empirical study of self-perception and self-realization of women after divorce, gender aspect of the perception of marital and family status, Features of self-perception of women after divorce, Features of self-realization of women after divorce

Key words: woman, self-perception, man, divorce, “I” –concept

Reviewer: Associate Professor of Theoretical Psychology, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor Olga Uhryn.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ФЕНОМЕН САМОСПРИЙНЯТТЯ ТА САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ У ПСИХОЛОГІЇ.....	8
1.1. Самосприйняття особистості як соціально-психологічний феномен.....	8
1.2. Вплив самосприйняття на самореалізацію особистості.....	17
1.3. Гендерний аспект самосприйняття і самореалізації особистості.....	21
Висновки до розділу 1.....	28
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ САМОСПРИЙНЯТТЯ ТА САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ЖІНОК ПІСЛЯ РОЗІРВАННЯ ШЛЮБУ.....	30
2.1. Методологія та організація емпіричного дослідження.....	30
2.2. Гендерний аспект особливостей сприйняття шлюбно-сімейного статусу.....	36
2.3. Особливості самосприйняття жінок після розлучення.....	39
2.4. Особливості самореалізації жінок після розлучення.....	50
Висновки до розділу 2.....	62
ВИСНОВКИ.....	64
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	66
ДОДАТКИ.....	69

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Вагомий інтерес у соціальній психології на сьогодні займає проблема активізації внутрішніх потенціалів розвитку особистості, створення сприятливих соціальних умов для її самореалізації. Вивчення специфіки та зміни самосприйняття особистості під час життєвих подій, особливо кризових (таких як розлучення), є актуальною проблемою для різних галузей гуманітарного знання, зокрема соціальної психології. Серед таких життєвих подій, які останнім часом стали досить поширеними, громадська думка виділяє феномен розлучення як припинення подружніх стосунків людей, які деякий час функціонували в межах невеликої групи – сім'ї.

Від того, наскільки людина, засвоюючи соціальні норми та стереотипи чи ігноруючи їх, зможе самостійно будувати своє життя, значною мірою залежить створення нею сімейного щастя в майбутньому. Більшість дослідників (Л. Виготський, С. Максименко, С. Рубінштейн, Л. Сохан та ін.) визнають новоутворення особистості активною силою взаємодії, взаємовпливу особистості та суспільства. У свою чергу статус і соціальні функції-ролі, мотивація поведінки і ціннісні орієнтації, структура і динаміка взаємин є характеристиками особистості, що визначають її світогляд, життєві орієнтації, соціальну поведінку, ступінь самореалізації в суспільстві (К. Абульханова-Славська, Б. Ананьєв).

Разом із тим, використання термінів з префіксом «я» в рамках соціальної психології вказує на інтеграційні характеристики особистості як суб'єкта соціального та особистісного розвитку, свідчить про соціальну природу самосприйняття людини (С. Максименко, Т. Титаренко). Обмеження або розрив міжособистісних зв'язків, особистих очікувань порушують нормальний хід людського життя і можуть бути однією з причин соціально-психологічної дезадаптації.

Розлучення як розрив шлюбно-сімейних зв'язків, за шкалою оцінки стресу, є однією з найбільш травматичних подій у житті людини (К. Бріско та Дж. Сміт, Л. Шнайдер), негативний вплив якої посилюється реорганізація не тільки особистого життя, а й соціальних зв'язків. розлучення негативно впливає на самовпевненість людини, викликає стан розгубленості, відчаю, сильного стресу, знижує самооцінку особистості, а негативне самосприйняття призводить до безпорадності, мінімізації пошукової активності та вибору саморуйнівних моделей. самоствердження (В. Ротенберг).

Як соціально-психологічна проблема дефініція «розлучення» досліджується багатьма дослідниками. Загалом, обґрунтовується мотивація розлучення та його періодизація (К. Аронс, К. Вітек, В. Сисенко, Д. Чечот, Н. Юркевич, R. Casto, C. Salts, G. Spanier), особливості його переживання та адаптації до нового стилю життя (Ю. Альошина, Дж. Келлі, Н. Соловійов, І. Хетерінгтон та ін.), особистісні настановлення жінок з різним шлюбно-сімейним статусом (Т. Андрєєва, А. Мусакіна), життєдіяльність пар у повторних шлюбах (Є. Арнаутова, Д. Деліс, С. Кратохвіл, Ж. Лофас, Ф. Райс, В. Сисенко, Д. Сова, У. Харлі та ін.), гендерні відмінності в орієнтаціях на особисте щастя (Т. Говорун, О. Кікінежді, В. Москаленко, В. Татенко), специфіка організації та надання психологічної допомоги розлученим жінкам і чоловікам (Ю. Альошина, О. Бондаренко, Е. Ейдемільлер, Р. Кочюнас, Т. Титаренко, Г. Фігдор, В. Юстіцкіс та ін.).

Проте, враховуючи накопичений досвід психологічних досліджень феномену розпаду сім'ї, проблема впливу розлучення на гендерні відмінності в поведінці жінок і чоловіків, видозміни в їхньому самосприйнятті, самореалізації та подальшій життєтворчості не знайшла достатнього висвітлення у психологічній літературі.

Отже, недостатнє теоретико-методологічне та емпіричне вивчення, а також соціальна значущість обраної проблеми, зумовили вибір теми дисертаційного дослідження *«Особливості самосприйняття та самореалізації жінок після розірвання шлюбу»*.

Об'єкт дослідження – феномен самореалізації особистості.

Предмет дослідження – самосприйняття жінок після розлучення та їх самореалізація в особистому і суспільному житті.

Мета дослідження – виявлення взаємозв'язку самосприйняття та самореалізації жінок під впливом зміни шлюбного статусу.

Для досягнення мети було висунуто такі **завдання дослідження**:

1. описати самосприйняття особистості як соціально-психологічний феномен;
2. обґрунтувати вплив самосприйняття на самореалізацію особистості;
3. визначити гендерний аспект самосприйняття і самореалізації особистості;
4. окреслити методологію та організацію емпіричного дослідження;
5. проаналізувати гендерний аспект особливостей сприйняття шлюбно-сімейного статусу;
6. охарактеризувати особливості самосприйняття жінок після розлучення;
7. деталізувати особливості самореалізації жінок після розлучення.

Гіпотеза дослідження:

1. Розвиток кризи після розірвання шлюбу в жінок супроводжується формуванням психічних станів, що впливають на якість життя жінок і визначають можливості трансформації кризи середини життя на новий етап самореалізації.
2. Посилення негативних симптомів після розірвання шлюбу, що виявляються в психічних станах, що знижують якість життя жінок, обумовлено неможливістю подолання негативних психічних станів, фіксація яких пов'язана із зупинкою процесу саморозвитку.

Теоретична основа складає загально-психологічні положення про сутність і розвиток особистості у процесі життєдіяльності (К. Абульханова-Славська, Г. Балл, М. Боришевський, І. Кон, Г. Костюк, С. Максименко, В. Моляко, В. Москаленко, Л. Рубінштейн, В. Татенко, Т. Титаренко та ін.);

специфіку розвитку Я-концепції у період дорослості (М. Боришевський, Р. Гулд, Е. Еріксон, Р. Кеган, Л. Коннеллі, С. Уайтбурн, Р. Хейвінгхерст, Н. Чепелева); погляди на самореалізацію як ознаку зрілості особистості (І. Бех, Л. Божович, Л. Деміна, Н. Завацька, Л. Користельова, Д. Леонтьєв, С. Максименко, А. Маслоу, Г. Олпорт, М. Пірен, К. Роджерс, В. Роменець, В. Татенко, Т. Титаренко); життєтворчість і побудову часової перспективи як прояв її самоздійснення (В. Бочелюк, Є. Головаха, В. Моляко, В. Скребець, Л. Сохань та ін.).

Наукова (теоретична) новизна полягає в тому, що:

- *окреслені* гендерні відмінності в самосприйнятті розлучених жінок; доведено взаємозв'язок самосприйняття особистості з її шлюбно-сімейним статусом; виявлено вплив особливостей самосприйняття шлюбно-сімейного статусу на вибір напрямку самореалізації жіноцтва;

- *деталізовано* типологію самосприйняття особистості відповідно до запропонованої моделі; про сутність понять самосприйняття та самореалізації в контексті сімейного та поза сімейного статусу жінок і чоловіків під впливом особистісно-значущих соціально-психологічних чинників.

Практичне значення отриманих результатів полягає у можливості використання методичного інструментарію для вивчення та ідентифікації соціально-психологічних чинників, які впливають на самосприйняття жінок. Запропонована програма може бути рекомендована для впровадження у вищих навчальних закладах в процесі підготовки та післядипломної перепідготовки соціальних працівників і практичних психологів для роботи з розлученими жінками.

Методологія. Для розв'язання поставлених завдань використано комплекс методів:

– *теоретичні*: аналіз, синтез, узагальнення, класифікація та систематизація сучасних наукових і емпіричних досліджень;

– *емпіричні*: спостереження, анкетування, інтерв'ю, консультативна бесіда, психодіагностичні методи: методика «Ціннісні орієнтації» (М. Рокич); тест

смисложиттєвих орієнтацій (Д. Леонтьєв); методика дослідження самоствавлення (С. Пантілєєв); статево-рольовий опитувальник (С. Бем);

– для визначення характеру розподілу вибірки; t-критерій Стьюдента та U-критерій Манна-Уїтні – для порівняння середніх значень двох вибірок; ф-критерій Фішера – для аналізу мінливості ознаки під впливом незалежних змінних.

Структура та обсяг роботи. Бакалаврська робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, літератури та додатків. Отже, у вступі найважливішим є обґрунтування концепції роботи, лаконічне та переконливе мотивування вибору теми «Особливості самосприйняття та самореалізації жінок після розірвання шлюбу», засобів і шляхів її реалізації.

РОЗДІЛ 1

ФЕНОМЕН САМОСПРИЙНТТЯ ТА САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ У ПСИХОЛОГІЇ

1.1. Самосприйняття особистості як соціально-психологічний феномен

Вивченню феномену самосприйняття особистості присвячено значну кількість психологічних та соціально-психологічних досліджень. До понять, застосовуваних у процесі опису феномену самосприйняття особистості, входять такі, як самосвідомість, «Я», «Я»-концепція, образ «Я», схеми «Я», ідентичність, самість, самопрезентація, самоактуалізація, самореалізація тощо.

За Б. Ананьєвим, самосвідомість та «Я» являють собою ядро особистості з певним взаємозв'язком основних тенденцій, генетично пов'язаних із особистістю, та потенцій, генетично пов'язаних із суб'єктом діяльності [1, с. 95]. Самосвідомість дозволяє особистості відділити себе від навколишнього середовища, протиставити себе йому, надати можливості відображення та задати його критерії. На самосвідомості ґрунтується процес самосприйняття, результатом якого є уявлення людини про саму себе [4, с. 7]. Перехід на новий етап розвитку особистості є детермінованим ззовні соціальними причинами, а зміни навколишнього світу призводять до змін самосприйняття, що дозволяє визначити здатність людини усвідомлювати себе та визначати наслідки власних дій як соціальний акт.

В американській психології широко використовують термін «self-perception», тоді як вітчизняні науковці майже не вживають поняття «самосприйняття», замінюючи його на поняття «Я-концепція». За словником Вебстера, самосприйняття (self-perception) – це концепція індивіда щодо того, ким чи яким він є. «Я»-концепцію, своєю чергою, визначають так: сукупність усіх уявлень індивіда про себе, яка пов'язана з їхньою оцінкою та складається з описового складника, який часто називають «образ Я» або «картина Я», і складника, пов'язаного зі ставленням до себе та своїх окремих якостей, який

називають самооцінкою або прийняттям себе [4, с. 8]. Образ «Я», за Т. В. Говорун, – це відносно стійка, не завжди усвідомлювана, неповторна система уявлень індивіда про себе, на основі якої він будує свою взаємодію з іншими [9, с. 48]. Самооцінка ж є оцінкою особистості самої себе, своїх можливостей, якостей та місця, яке індивід займає серед інших людей, що відображає лише ступінь адекватності «Я»-образу, виходячи зі співвідношення «Я»-ідеального та «Я»-реального.

Погляди на природу людського самосприйняття, на його значущість у соціально-психологічних процесах змінювались в історії розвитку наукової думки. Перші теоретичні розробки в аналізі проблеми самосприйняття особистості належать У. Джемсу, який запропонував розрізнення «матеріального Я» та «соціального Я».

У 1892 році він виокремив та схарактеризував образ «Я» як особливе психічне утворення (структурний компонент самосвідомості). Автор, зокрема, вважав, що до сфери «Я» належить усе, що людина вважає своїм, тобто робота, сім'я, релігійні уподобання – усе це характеризує «Я» людини та впливає на наповненість образу «Я» [20, с. 58].

У психоаналітичній теорії самосприйняття розглядали в контексті понять «Я» та «Его». З. Фройд вважав «Я» особистості як певну частину (Его), яка регулює процес свідомої адаптації, розрізняючи також і надструктуру, яку можна визначити як соціальне «Я» (Супер-Его), що водночас виступає у ролі певного ідеалу, до якого прагне особистість, і виконує обмежувальну функцію щодо поведінки особи. З. Фройд, використовуючи термін «Его» для визначення емпіричного відчуття «Я», визначав його як організацію узгоджених процесів із функціями, необхідними для адаптації до реальності та підтримки відчуття внутрішньої рівноваги.

Згідно з теорією Е. Еріксона розвиток особистості залежить від успішності вирішення проблем попередніх вікових періодів [39, с. 85-86]. Підхід Е. Еріксона полягає в потрійному розумінні ідентичності – як почуття, процесу та структури. Почуття ідентичності виникає як суб'єктивне відчуття тотожності,

безперервності та цілісності існування, визнання цієї тотожності «значущими іншими». Процес формування ідентичності триває все життя, хоча певної визначеної цілісності ідентичність набуває у підлітковому віці. Структура ідентичності формується у процесі взаємин з іншими та містить конституційно зумовлені властивості, потреби, здібності, ідентифікації, механізми захисту та послідовно прийняті ролі [39, с. 60]. Таким чином, людина визначає та перевизначає себе, власні пріоритети та своє місце у світі протягом усього життя, головні події якого можуть одночасно створювати кризи ідентичності, впливаючи на якість самосприйняття особистості та її активність.

Представники інтеракціоністської теорії приділяли значну увагу становленню рольової поведінки та формуванню «Я». Так, одним із основних результатів соціалізації визнавали становлення самосвідомості. Згідно з їхніми поглядами, самосвідомість має соціальну природу та формується у процесі взаємодії з іншими людьми перш за все через те, що людина усвідомлює себе лише у випадку, коли робить себе об'єктом власного сприйняття, розглядаючи себе крізь призму поглядів інших. Отже, самопізнання та самоствавлення також мають соціальну природу.

Ч. Кулі – автор теорії «дзеркального Я» – вважав, що індивідуальне набуває соціальної якості в комунікаціях та міжособистісному спілкуванні. Становлення та розвиток «Я», таким чином, є процесом узагальнення «дзеркальних Я» – людина вибудовує власне «Я», спираючись на сприйняття точок зору й оцінок оточення, які вони демонструють стосовно індивіда [27, с. 9].

Під впливом поглядів інтеракціоністів і теорії Е. Еріксона формувалися погляди А. Маслоу та К. Роджерса на самосприйняття особистості, котрі намагалися розглядати цілісне людське «Я» у ролі фундаментального фактору поведінки та розвитку особистості. Так, К. Роджерс визначав «Я»-концепцію як сприйняття людиною себе, яке не завжди відповідає дійсності (реальному, базисному органічному «Я»), визначаючи одночасно і як структуру, і як процес [32, с. 31]. Розвиток «Я»-концепції, на думку К. Роджерса, відбувається на основі особистісного досвіду індивіда та його взаємодії з іншими (значущими) людьми.

«Я»-концепції можуть бути ефективними та неефективними, відповідно до здатності сприймати отриманий життєвий досвід реалістично чи ні. Розглядаючи вплив життєвого досвіду на «Я»-концепцію особистості, К. Роджерс виділив чотири способи його опрацювання:

- 1) ігнорування отриманого досвіду;
- 2) сприйняття досвіду у випадку його відповідності потребам «Я»-концепції та її підкріплення;
- 3) викривлення сприйняття, що робить можливим вирішення конфлікту між отриманим досвідом та наявною «Я»-концепцією;
- 4) досвід може бути відхиленним або не сприйнятим взагалі.

На думку К. Роджерса, більшість людей керується засвоєними ззовні оцінками, розглядаючи їх як незмінні поняття, правдивість яких майже не перевіряється. Таким чином відбувається відчуження власного досвіду, а також зниження рівня самоповаги, у результаті чого люди втрачають здатність достатньо високо оцінювати себе. Отже, рівень самоповаги (самоприйняття) є рівнем самооцінки, що вибудовується у більшості людей на підставі взаємодії з оточенням.

Самосприйняття у теорії Г. Олпорта визначається поняттям «образ Я» – розмаїттям ролей, які людина грає для досягнення визнання іншими й формування в них уявлення про те, хто вона і що собою являє [31, с. 101-102].

К. Ясперс визначає самосприйняття (усвідомлення власного «Я») за чотирма ознаками: усвідомлення себе як активної істоти, усвідомлення власної єдності, усвідомлення власної ідентичності, усвідомлення своєї відмінності від інших [8].

А. Ватерман виділяє два аспекти самосприйняття особистості: процесуальний (містить засоби, за допомогою яких засвоюються життєві цінності, цілі та переконання) та змістовий (містить соціально-функціональні ролі та переконання, які впливають на формування самосприйняття) [5, с. 269].

Статус та соціальні функції-ролі, мотивація поведінки та ціннісні орієнтації, структура та динаміка взаємовідносин, на думку Б. Ананьєва, – це

характеристики особистості, що визначають її світосприйняття, життєву направленість, суспільну поведінку, основні тенденції розвитку. Сукупність цих якостей визначає самоставлення особистості. Обмеження чи розрив соціальних зв'язків порушують нормальний плин людського життя та можуть бути однією з причин виникнення неврозів [1, с. 46].

Г. Теджфел та Д. Тернер виокремлювали дві підсистеми особистісного самосприйняття: особисту (самовизначення у термінах фізичних, інтелектуальних та етичних особистісних рис) та соціальну (визначення належності до різних соціальних категорій) [12, с. 25].

Р. Нельсон-Джоунс, розглядаючи самосприйняття особистості, виділяє три компоненти: природне «Я» – так зване біологічне ядро особистості; вивчене «Я» – продукт навчання людей, власне «Я»-концепція; та виконавче «Я», яке здатне створювати життя шляхом вибору в теперішньому та майбутньому та надає особистості засоби, за допомогою яких можливо подолати неправильне сприйняття та недоліки навичок вивченого «Я», що блокують реалізацію потенційних можливостей природного «Я» [30, с. 425].

Самосприйняття, на думку В. Мясищева, входить у систему ставлень, що являє єдність трьох взаємопов'язаних компонентів: 1) ставлення людини до інших; 2) ставлення до предметів зовнішнього світу; 3) ставлення людини до самої себе [28, с. 85]. Дещо схожими, на погляди В. Мясищева є погляди В. Мерліна, який визначає, що у ставленнях особистість виражає своє переживання й усвідомлення певних сторін дійсності. Кожне ставлення – це високоузагальнене ставлення до дійсності, яке містить систему часткових мотивів, залежить від їх співвідношення та впливає на кожен окремий мотив більшою чи меншою мірою [35, с. 10].

У науковій літературі немає єдиної схеми опису будови самосприйняття особистості. За Р. Бернсом, самосприйняття має складну ієрархічну структуру. Верхівкою є глобальна «Я»-концепція, яка конкретизується в сукупності установок особистості щодо себе. Ці установки мають різні модальності: ідеальне «Я» (яким я хотів би себе бачити), реальне «Я» (який я є, як мені

здається, насправді), дзеркальне «Я» (яким мене бачать інші). Кожна з цих модальностей містить ряд аспектів: фізичне «Я», соціальне «Я», розумове «Я», емоційне «Я» [29, с. 65-66].

Залежно від того, на якому рівні – організму, соціального індивіда чи особистості – виявляється активність людини, у «Я»-концепції виділяють: 1) на рівні «організм-середовище» – фізичний «Я»-образ, викликаний потребою організму у фізичному благополуччі; 2) на рівні соціального індивіда – соціальні ідентичності: статеві, вікові, етнічні, громадянська, соціально-рольова, пов'язані з потребою людини в належності до певної спільноти; 3) на рівні особистості – диференційований образ «Я», знання про себе, яке виникає шляхом порівняння себе з іншими та надає індивіду відчуття власної унікальності, забезпечує потреби в самовизначенні та самореалізації.

С. Епштейн також вважає, що в структурі «Я»-концепції можна виділити два компоненти: переважно когнітивний та переважно афективний. Когнітивний аспект становить певну теорію, яку індивід розвиває стосовно себе та яка слугує засобом розуміння себе та своїх стосунків з іншими. Афективний компонент відповідає самоприйняттю, самоповазі та відображає те, як суб'єкт ставиться, емоційно переживає та оцінює самого себе. Афективний компонент, таким чином, доповнює когнітивний [8, с. 148-149].

Р. Бернс запропонував трикомпонентну структуру самосприйняття («Я»-концепції). До першого компоненту було віднесено образ «Я», тобто уявлення людини про себе. До другого компоненту – самооцінку, тобто афективну оцінку образу «Я» (уявлень про себе), що визначається різним ступенем інтенсивності залежно від рівня прийняття тих чи тих самохарактеристик. Третій компонент склала так звана поведінкова реакція – тобто дії, викликані образом «Я» та самооцінкою [6, с. 12]. Кожен із цих трьох компонентів може бути представлений у модальностях реального «Я» (відображає установки, пов'язані з актуальними можливостями, ролями, статусами), соціального «Я» (відображає установки, пов'язані з тим, як його бачать інші), ідеального «Я» (відображає установки, пов'язані з уявленнями людини про бажане «Я»). Когнітивний аспект

«Я»-концепції відбиває основні характеристики звичного самосприйняття – самоописи через набори певних якостей: рольові, атрибутивні, статусні характеристики. Афективний аспект «Я»-концепції є продуктом когнітивного складника, оскільки вона не сприймається нейтрально, а пробуджує ті чи ті почуття та оцінки, інтенсивність яких варіюється залежно від соціального контексту та змісту когнітивного компонента. Поведінковий аспект «Я»-концепції, тобто конкретні дії, викликані «Я»-репрезентаціями та самоставленням, у соціально-психологічних дослідженнях представлено поняттям самопрезентації, спрямованої на підтвердження когнітивної та афективної структур «Я»-концепції.

Д. Леонтьєв визнавав існування «психологічного Я», яке містить сприйняття власних рис, диспозицій, мотивів, потреб та здібностей, а також відповідає на питання «Який Я?» [19, с. 387]. Психологічне «Я» становить основу образу «Я», або «Я»-концепції, однак, також містить тілесне та соціально-рольове «Я». У структурі «Я» він виділяє такі рівні: 1) тілесне або фізичне «Я» – так званий образ тіла, 2) соціально-рольове «Я» – переживання себе як носія певних соціальних ролей та функцій, 3) психологічне «Я» – власне образ «Я», або «Я»-концепція, 4) «Я» як відчуття себе джерелом активності, 5) самоставлення, чи зміст «Я».

Зміни життя та включення у нову систему відносин із зміною очікувань та життєвих перспектив призводять до переосмислення самосприйняття. Необхідність зміни ролей призводить до рольового конфлікту.

У реальному житті зміни «Я»-концепції та самоповаги особистості можуть призвести до змін її адаптивної поведінки. Соціальна активність особистості активізує її життєвий потенціал, призводить до формування нових життєвих орієнтирів, перегляду «Я»-концепції та вироблення нових життєвих практик [29, с. 26].

На думку Е. Аронсон, поведінка індивіда, який вступає у протиріччя з наявними установками, призводить до викривлення образу «Я» та когнітивного дисонансу. Хронічна дія стресорів та фрустраторів призводить до зниження

рівня самоповаги, послаблення відчуття власної компетентності у справі взаємодії з фізичним та соціальним середовищем. Д. Майерс визначає самоповагу як найбільш повну самооцінку особистості. Самоповага – глобальний рівень самосприйняття, що містить, окрім місцевих (часткових) самооцінок, ступінь самоприйняття [22, с. 51]. Визначаючи фактори впливу на «Я»-концепцію, Д. Майерс виділяє: ролі, які виконує людина; соціальні ідентифікації, які вона формує; порівняння з оточенням; успіхи та невдачі; думки інших; культуру, до якої належить особистість. Соціальна ідентичність водночас визначає, ким є особистість і ким вона не є [22, с. 53].

Т. Титаренко вводить поняття «життєвий простір особистості», яке визначає як специфіку сприйняття власного «Я» і якість взаємодії з іншими людьми. Вона виділяє чотири типи психологічного простору особистості [36, с. 68]:

1) егоцентричний психологічний простір особистості – «Я» розглядається як центр Всесвіту та єдиний критерій оцінки власних досягнень, тільки ті події, що відбуваються зараз, мають статус істинного буття, усе, що існує поза межами «Я», не має цінності;

2) конформний психологічний простір особистості – сконцентрований не на єдиному унікальному «Я», а на численних ситуативних інших, особистість орієнтована більшою мірою на зовнішні впливи, прагне відповідати груповим очікуванням, водночас не беручи на себе відповідальність; власне «Я» виявляється лише у випадку ототожнення з іншою людиною або референтною групою;

3) нормативний психологічний простір особистості – простір традиційної моралі, що ззовні приписує людині цілу систему заборон, спираючись на презумпцію несвободи;

4) релятивний психологічний простір особистості – нормативні системи стають відносними, викликають сумніви, потребують обґрунтування та випробування на доцільність, власне експериментуючи, «Я» стає центром

простору, відповідальність не врівноважується неосязною свободою, яку сам собі надає індивід.

Якість самосприйняття змінюється з віком, ця проблема становить інтерес для багатьох дослідників. Так, Р. Хейвінгхерст створив свій класичний опис життєвого циклу людини, коли кожний віковий період вимагає вирішення певних задач. На його думку, період дорослості потребує вирішення таких задач, як початок сімейного життя та кар'єри. Отже, «Я» людини буде складатися з таких компонентів: особистісне «Я», «Я» – член родини (дорослий, дитина, подружжя) та «Я» – суб'єкт трудової діяльності.

Обрана кар'єра часто стає визначальною рисою «Я»-концепції дорослої особистості. Для частини жінок міжособистісні стосунки важливі саме тому, що допомагають їм у визначенні своєї професійної «Я»-концепції.

Тож, самосприйняття є особливим видом сприйняття, яке відзначається тим, що людина одночасно є суб'єктом та об'єктом пізнавальної діяльності. Вважаємо, що процес самосприйняття супроводжується певними очікуваннями щодо об'єкта сприйняття – уявлень про себе; процес самосприйняття уможливорює здійснення корегування уявлень про себе; він скеровується активністю індивіда та соціальними обставинами його життя, процес та результат самосприйняття регулюють подальшу активність людини.

Самосприйняття особистості часто визначають як сукупність установок, спрямованих на себе і, за аналогією з атитюдом, виокремлюють три структурних компоненти: 1) когнітивний компонент – «образ Я», уявлення людини про себе, образ власних якостей, здатностей, зовнішності, соціальної значущості тощо; 2) оціночний (афективний чи емоційний) компонент – самооцінка – це афективна оцінка уявлень про себе (самоповага, самолюбство та ін.); 3) поведінковий компонент – потенційна поведінкова реакція, тобто ті конкретні дії, які можуть бути викликані образом «Я» та самооцінкою.

1.2. Вплив самосприйняття на самореалізацію особистості

Самореалізація взагалі – це здійснення можливостей розвитку «Я», або реалізація власних зусиль людиною задля можливостей розвитку власного «Я». Загальним поняттям у визначенні феномену самореалізації є уявлення про сутнісні сили людини, у якому самореалізація визначається як розкриття цих сил у діяльності людини. Фундаментальною для розуміння поняття «самореалізація» є тенденція людини до змін.

У процесі життєдіяльності індивід прагне адекватного, повного розкриття набутих сутнісних сил, самореалізації власної індивідуальності. Сутність людини не збігається з її наявним буттям, вона завжди є розвитком, подоланням теперішнього й побудовою майбутнього відповідно до мети, планів, проектів, активної діяльності її свідомості. Саме свідомість – важлива, сутнісна сила людини, яка не тільки відображає, але й творить світ. Разом з тим, світ творить людську свідомість: суспільство визначає «нормативні» шляхи розвитку своїх членів та проголошує певне соціальне замовлення щодо їхніх характерологічних особливостей, ціннісних орієнтацій тощо. Самореалізація завжди є дією, включенням людини в певну діяльність, процесом, вектор якого задає людська самосвідомість.

А. Маслоу вважав, що людина має вроджені потреби та здібності. Внутрішня природа людини є слабкою й легко підкорюється звичкам та впливам середовища. Відмова від становлення, зростання та заперечення можливостей повноцінного людського існування – викривлення самосприйняття під впливами середовища, – обмежує здатність людини жити максимально наповненим життям, найкращою мірою виявляти власні здібності та зробити щось значуще в житті. А. Маслоу вважав, що процес самоактуалізації та самореалізації людини треба розглядати та описувати як певний, свідомий вибір життєвих цілей та шляхів їх досягнення. Він є певною послідовністю життєвих ситуацій, у кожній з яких «Я» людини стикається з певними проблемами, приймає їх виклик та, докладючи власних зусиль до їх вирішення, вдосконалюється, свідомо обирає для себе ще більш складні (але відповідні власним силам і можливостям) реалістичні проблеми [21, с. 152-153].

За К. Юнгом, психічне життя ініціюється самістю, а метою всього життя є реалізація планів самості; самоактуалізація ж є по суті еволюцією самості, що відбувається у напрямку від безсвідомого до високоморальних ідеалів. Самість людини – це реалізація її права на вибір напрямку розвитку, життєвих цілей та ідеалів. Згідно з уявленнями гуманістичної психології, реалізація цієї прерогативи при усвідомленні всіх можливостей є запорукою творчої реалізації особистості [27, с. 22].

Е. Фром, наголошуючи на двоїстості природи людини, зазначав, що тваринну природу визначають біохімічні та фізіологічні основи та механізми, які слугують меті виживання. І хоча людина також має тваринну природу, вона залишається єдиною істотою з людською природою. Цей факт, на думку автора, зробив тваринну природу людини найменш важливою з її частин. Тож основною тенденцією особистості є намагання реалізувати свою людську природу. Протистояння між людською та тваринною природою є рушійною силою розвитку та існування. Згідно з поглядами Е. Фрома, людина прагне ідеального осмислення досконалого життя, а не лише прояву своїх вроджених потенційних можливостей без участі самосвідомості. Самореалізація, таким чином, має соціально-детермінований характер. Продуктивна самореалізація передбачає істинне буття замість демонстрації фальшивого, що означає обумовленість характеру самореалізації специфікою особистісного самосприйняття [37, с. 74].

А. Бондаренко зазначає, що ідея змін, визначена в різних термінах, які складають синонімічний ряд лексем – «розвиток», «зростання», і пов'язана з розвитком та актуалізацією особистісного потенціалу, співвідноситься з ідеєю та поняттям індивідуації К. Г. Юнга, самоактуалізації А. Маслоу та С. Джуларда, особистісного зростання К. Роджерса та загалом відображає певний загально визнаний ціннісний конструкт, який являє собою готовність до сприйняття нового досвіду та реінтеграцію особистісного «Я» на його основі. Отже, необхідна умова для самореалізації – реінтеграція власного «Я», зміна самосприйняття під впливом вищеназваних умов.

Є. Головаха визначає самореалізацію як цілісну картину майбутнього у складному зв'язку очікуваних та програмованих подій, з якими людина пов'язує сенс свого життя [10, с. 263]. Перспектива особистості (сприйняття себе в часовій перспективі), на думку автора, є найважливішим чинником розвитку та самореалізації особистості. Життєва перспектива не задана величина, вона створюється особистістю, змінюється та уточнюється під впливом кризових моментів життя.

На думку С. Максименка, самореалізація, виступаючи процесом «кільцево-спіральної природи», залежить від потенціалу особистості, яка її здійснює [23, с. 96]. Водночас, існують і певні соціальні обставини, які можуть сприяти більш активному глибокому змістовному становленню особистості і, як наслідок, – самореалізації. Так, на думку Н. Чепелевої, підґрунтям для акту самореалізації особистості є соціальна ситуація розвитку. Особливі умови, у які потрапляє особистість на кожному етапі свого життя, таким чином, обумовлюють якість та напрямок самореалізації.

Л. Божович слідом за Л. Виготським визначає зростаючу особистість як ініціатора власної активності, підґрунтя якої міститься в мотиваційно-потребовій сфері [3, с. 102-103]. Мотиваційна сфера виступає внутрішнім фактором самореалізації. Детермінантою самореалізації є основні мотиви, якими керується людина в процесі самореалізації. Наявність інтенцій – намірів до виконання тієї чи тієї дії – визначає хід самореалізації та її особливості. Основу усвідомленого або неусвідомленого вибору шляху самореалізації складає співвідношення людиною своїх уявлень та намірів. Виділяють три рівні мотиваційно-потребової сфери: 1) блок «хочу», що включає інтереси, бажання та потяги, які спонукають до активності та визначають вищу планку самореалізації; 2) блок «можу», що містить усвідомлення власних можливостей, самоствавлення та самооцінку; адекватне самоствавлення впливає на уявлення про свої можливості та впевненість у них; 3) блок «треба», який сприяє самоорганізації, включає саморегуляцію з використанням конативної сфери, а також уявлення про соціальний запит до особистості, що може проковувати виникнення почуття

обов'язку. Умовою ефективної самореалізації (вибору стратегії) є баланс між блоками «хочу», «можу» та «треба». Зміст усіх трьох мотиваційних блоків збігається зі структурними компонентами самосприйняття особистості, що дозволяє зробити висновок про детермінованість процесів самореалізації самосприйняттям.

На думку Т. Титаренко, завданнями самоздійснення є життєві завдання, які постають перед людиною на її життєвому шляху [36, с. 114]. Саме життєві завдання є способом реалізації найважливішої форми самопрогнозування. У своїй сутності вони відбивають готовність до змін самої людини і зовнішньої ситуації, синтезують часову й смислову перспективу. Передбачувана результативність життєвих завдань, їх імовірність, адекватність та креативність обумовлюють відчуття самореалізованості особистості. Разом з тим, як зазначає Г. Балл, у ситуації життєвого вибору при прийнятті та здійсненні стратегічного життєвого рішення необхідною є достатня компетентність та відповідальність [2, с. 7-8].

Досить часто науковці вважають ознакою самореалізації соціальну значущість продукту діяльності особистості. Соціальну значущість, однак, не можна безпосередньо зафіксувати в житті пересічної людини. У деяких випадках як прояв соціальної значущості буття, можливо, має сенс розглядати його збіг із так званим соціокультурним сценарієм розвитку. У такому випадку узгодження життя з певним культурно-історичним ідеалом буття буде виконувати функцію підтримки стабільності соціуму, у якому ці ідеали функціонують, проте така ідея мало узгоджується з традиційним поглядом на поняття «самореалізація». Тому В. Моляко, звертаючись до поняття самореалізації як творчої діяльності, зазначає, що творчість має непересічну й незалежну від суспільної цінності продукту значущість, оскільки, крім зростання особистості творця, вона опосередковано впливає на все суспільство. Тож самореалізація можлива (бодай потенційно) для будь-якої особистості та пов'язана з креативністю, здатністю до взаєморозвитку та самоактуалізації, що опосередковується людським самосприйняттям [26, с. 3].

Отже, самосприйняття особистості безпосередньо впливає на характер життєдіяльності особистості, відіграє важливу роль у процесі самореалізації. Висока самоповага та самоприйняття сприяють правильному визначенню життєвих пріоритетів, адекватному використанню ресурсів та, відповідно, особистісному зростанню [17, с. 175]. Причини виникнення труднощів у самореалізації значною мірою зумовлені ставленням людини до самої себе та навколишнього світу. Людина періодично звіряє, уточнює хід власної самореалізації, іноді повертаючись до певних її етапів.

Процес самореалізації завжди зумовлений внутрішніми потягами індивіда й реаліями та потребами конкретного суспільства, у якому він існує.

1.3. Гендерний аспект самосприйняття і самореалізації особистості

Гендер у психології – це біологічні або соціальні характеристики, за допомогою яких людей визначають як жінок і чоловіків [22, с. 770]. Кожен індивід проходить процес статево-рольової соціалізації, у рамках якого відбувається формування відповідної ідентичності та засвоєння соціокультурних експектацій щодо поведінки та вигляду жінок та чоловіків.

Значна кількість дослідників вказує на залежність самосприйняття особистості від її статевої належності. С. Дейлі зазначає, що, дорослішаючи, дівчатка втрачають самоповагу. А. Фейнгольд за результатами понад 130 досліджень, проведених у дев'яти країнах, робить висновок, що в підлітковому періоді вища самооцінка спостерігається у дівчаток, у юності та дорослості – у чоловіків [42, р. 433]. Вочевидь, набуваючи з віком нових ролей та засвоюючи норми та правила, що висуваються до представників різних статей, і відбувається зміна самосприйняття.

Дослідники виділяють такі фактори, що впливають на статові розбіжності у стійкості самооцінки: 1) ступінь відкритості у взаємовідносинах; 2) реакція на зворотній зв'язок; 3) стрес, пов'язаний зі стосунками із значущими іншими;

4) захисні механізми (компенсаторна поведінка, стратегії самопрезентації та самопідсилення) [41, р. 11].

Жінки, на відміну від чоловіків, є більш залежними від думок оточення щодо самооцінки та конформними, що дослідники пов'язують із нижчим соціальним статусом жінки. Жінки є менш агресивними та більш сенситивними [22, с. 228] за чоловіків, хоча А. Фроді зі своїми колегами зазначали, що жінки не менш агресивні за чоловіків у випадку, коли вважають свої дії справедливими або вільними від відповідальності, і притаманне саме жінкам почуття провини призводить до придушення агресії там, де чоловіки вільно її виявляють [15, с. 63].

Визначено, що у дівчаток показник фемінінності зворотно корелює з рівнем інтелекту [18, с. 36]. Процес маскування обдарованості у жінок розпочинається вже в підлітковому віці.

Чоловіків традиційно вважають більш інтернальними, ніж жінок. Якість оцінки діяльності жінок та чоловіків теж різна: результат роботи жінок частіше пов'язують з їхнім старанням чи вдачею, тоді як результат діяльності чоловіків найчастіше пояснюють їхніми здібностями. Жінки мають нижчий за чоловіків рівень домагань, вони, як правило, побоюються успіху з його негативними наслідками – зниженням симпатії оточення, зростанням соціального відторгнення, падінням жіночності (в очах чоловіків та, як наслідок, у власних очах). Тож, нерідко жінки, передчуваючи успіх, бажають завагітніти, щоб тимчасово вийти з гри, підкреслити свою жіночність та закріпити важливі для них емоційні прихильності.

Результати досліджень Е. Маккобі та К. Жаклін свідчать, що жінки більшою мірою прагнуть не до успіху, а до соціального схвалення. Також, за даними досліджень авторів, висока фемінінність у жінок часто корелює з підвищеною тривожністю та зниженою самоповагою. Високофемінінні жінки та високомаскулінні чоловіки гірше виконують дії, які не відповідають традиційним нормам статевої диференціації.

В. Каган стверджує існування явища емоційно-когнітивного дисонансу – неузгодження маскулінної когнітивної орієнтації та позитивного емоційного ставлення до жіночої статі, яке може виникнути у процесі своєрідного поєднання в культурі елементів маскулінності та фемінінності, коли чоловічі якості видаються привабливими на раціональному рівні, проте на емоційному рівні більш позитивним виявляється ставлення до жіночих якостей [14, с. 67].

На надцінність самореалізації жінки у сфері сім'ї вказує багато дослідників. Так, М. Обозов визначає, що для розвитку особистості жінки дуже важлива побудова успішних інтимних, шлюбно-сімейних стосунків [5, с. 270]. Д. Віткін зазначає, що, за результатами опитування, 95 % жінок визначають сім'ю як чинник збереження їхньої внутрішньої сили. За Д. Леонтєвим, самоактуалізація жінки йде шляхом реалізації себе у формі особистісних вкладів у інших людях [20, с. 234]. Свої уявлення про реалізацію потенціалу, яка відповідає найвищому рівню потреб, за А. Маслоу, жінки пов'язують із сім'єю, народженням дітей [25, с. 110].

Згідно з патріархальними цінностями українського суспільства, становлення особистості жінки пов'язане в першу чергу з материнством та сім'єю, у той час як суспільну та професійну діяльність вважають другорядною. В українському суспільстві успішною та щасливою жінкою вважають ту, яка в змозі створити сім'ю, а успішним – чоловіка, який здатний зберегти свою незалежність.

На основі аналізу досліджень самореалізації представників обох статей було виявлено, що активність жінок набуває відмінного від активності чоловіків характеру ще в юності. Згідно з результатами досліджень Е. Маккобі та К. Жаклін, підлітки-хлопчики за допомогою активних дій намагаються підвищити свій соціальний статус у колективі, тоді як підлітки-дівчатка більше опікуються власною зовнішністю [8, с. 156]. Встановлено також, що найуспішніші підлітки-хлопчики цікавляться найпривабливішими дівчатами, які прагнуть їм сподобатися. Така динаміка чоловічо-жіночих стосунків вочевидь

зберігається у старшому віці, виявляється у бажанні жінок «успішно вийти заміж»,

На думку У. Ерхардта, значна кількість жінок вважає, що впевненість у собі протистоїть готовності інших надавати захист, що призводить до зростання тривоги через небезпеку розплати за власну самостійність втратою близькості, довіри, відчуття захищеності – тому жінки частіше прагнуть залежності, а не самостійності, впевненості у власних силах [40, с. 17].

У сфері зайнятості поширеним явищем є професійна сегрегація – асиметричний розподіл жінок та чоловіків у професійній структурі, яка є втіленням гендерних стереотипів у реальному житті. Найчастіше жінки працюють у невиробничій сфері, праця у якій є малопrestiжною, низькооплачуваною та пов'язаною з виконанням функцій обслуговування: охорона здоров'я, соціальне забезпечення, торгівля, громадське харчування, освіта [15, с. 66].

Х. Хартман зазначає, що джерелом гендерної нерівності є капіталістична система: 1) виплачуючи жінкам меншу заробітну платню, суспільство підтримує панування чоловіків, 2) низький заробіток примушує жінок виходити заміж, 3) заміжні жінки працюють на своїх чоловіків, виконуючи домашню роботу, за яку не отримують безпосередньої платні, 4) домашні обов'язки ставлять жінок у не вигідні умови на ринку праці. Жінки не прагнуть працювати на повну ставку, оскільки виконання домашніх обов'язків потребує багато часу [33, с. 256]. Разом з тим, дослідження М. Арутюнян продемонструвало, що навіть у тих сім'ях, де заробітна платня жінок була на рівні з заробітною платнею чоловіків, зберігався традиційний розподіл ролей, за якого жінка виконує більшу частину домашніх обов'язків. Отже, більшість заміжніх жінок на просторах СНД через виконання багатьох ролей зазнає постійних перевантажень, які впливають на їхнє фізичне та психічне здоров'я та призводять до рольового конфлікту – ситуації, що вимагає виконання несумісних одне з одним ролей. Так, за даними дослідників, приблизно третина жінок переживає рольовий конфлікт.

Незважаючи на зниження побутових навантажень на жінку з дорослішанням дітей, з віком жінки стикаються зі зміною об'єкта піклування: місце дітей займають постарілі батьки та інші родичі. Так, за даними Е. Бруді, приблизно третина жінок залишає свою роботу для догляду за батьками. Приблизно така само кількість жінок зазначає, що розмірковували про можливість залишити роботу з цієї причини [13, с. 130-131]. Більше половини овдовілих та розлучених жінок проживають зі своїми дорослими дітьми, що призводить до ситуації, у якій жінки змушені продовжувати піклуватися про власних дітей та їхню родину.

Отже, саме жінка в сім'ї виконує обслуговуючу функцію, розширюючи її функціональний діапазон з матері та дружини до хазяйки та берегині домашнього вогнища. На думку І. Клециної, прийняття за аксіому того, що можливість давати життя передбачає зобов'язання жінок піклуватися про чоловіків та інших членів родини, породжує логіку, згідно з якою відсутність піклування вважають неприродним відхиленням від норми [16, с. 58].

На думку Т. Говорун та О. Кікінежді, жінка, орієнтуючись на патріархальні цінності, визначаючи смислом життя підпорядкування свого «Я» іншій статі, перетворюється на пасивно-залежну особистість, не здатну до самоствердження у будь-якій сфері людського існування [9, с. 40]. Залежність від іншого, від відповідності певним стереотипам своєю чергою посилює нестабільність образу «Я» особистості [7, с. 9].

Сімейний статус жінки подвійно впливає на можливості реалізації соціального потенціалу. З одного боку, наявність сім'ї корелює з більш оптимістичними поглядами на життя, зокрема з оцінками перспектив зміни його рівня. З іншого боку, конфлікт рольових вимог, що виникає через сімейний статус жінки, безумовно, обмежує можливості реалізації її соціального потенціалу [35, с. 17].

Освіта не виробляє у жінок самозахисний потенціал особистості – здатність самостійно розв'язувати проблеми, викликані негативними соціально-економічними чинниками, навпаки, ціннісні орієнтації, що ретранслюються в

процесі освіти, розвивають у жінок споживацьке ставлення до життя – за рахунок батьків або чоловіка, а в умовах соціально-економічної кризи така позиція є пріоритетною для виживання порівняно з потребою самореалізації [11, с. 6-7].

Проблематичність жіночої самореалізації ускладнюється ще й внутрішніми конфліктами, які зумовлені невмінням узгодити власну жіночність, що є внутрішньою детермінантою розвитку жінки, з нетрадиційною роллю жінки на шляху до її самоздійснення, а також опором стереотипній свідомості про призначення та роль жінки в суспільстві, яка є зовнішньою опозицією для здійснення самореалізації. Сутність жінки характеризується взаємозв'язком психічної, фізіологічної і соціальної сфер, кожна з яких має свою самостійну цінність в її житті. Тільки повноцінно реалізуючи кожний із цих аспектів жіночої ідентичності таким способом, щоб вони не конфліктували, а доповнювали один одного, жінка може цілком самоідентифікуватись і, відповідно, самореалізуватись [6, с. 11].

Підбиваючи підсумки аналізу гендерних розбіжностей самосприйняття та самореалізації, виділимо таке: реалії соціального буття виробляють у жінок хитке самосприйняття, яке безпосередньо пов'язане з якістю їх самореалізації у сфері сім'ї за наявної необхідності реалізації у різних сферах буття; відмова від самореалізації в одній сфері на користь іншої призводить до внутрішнього конфлікту та самовиправдання жінок; якісна самореалізація у професійній сфері вимагає від жінок розвитку маскулітних якостей та їх успішного поєднання з фемінітними.

Висновки до розділу 1

Встановлено, що самосприйняття особистості є складним соціально-психологічним феноменом, який вибудовується на основі взаємодії з іншими

людьми на засадах складних процесів соціальної перцепції, самокатегоризації, ідентифікації тощо. На основі теоретико-методологічного аналізу виявлено, що більшість науковців виділяє у структурі самосприйняття переважно три компоненти: афективний, когнітивний та поведінковий, у яких відображено не лише ставлення особистості до самої себе, а й її сприйняття специфічних поглядів оточення на її природу, особливості розвитку, активність тощо.

Визначено, що самосприйняття особистості визначає напрями її самореалізації. Різна суб'єктивна значимість окремих аспектів самосприйняття дозволяє людині гармонізувати свої соціальні та особистісні прагнення, знаходити оптимальні – саме для себе – напрямки самореалізації, компенсувати слабкості позитивними якостями, визнавати сильні сторони інших без шкоди для свого «Я». Саме диференційовано-вибіркова система особистісних цінностей та самооцінок дозволяє більшості людей зберігати високий рівень самоповаги незалежно від життєвих невдач.

З'ясовано, що розвиток людини та зміни її самосприйняття відбуваються протягом усього життя. Проте, зміни в мисленні, особистості та поведінці дорослих більшою мірою залежать не від хронологічного віку або специфічних біологічних змін, а від особистісних, соціальних та культурних впливів та подій. Соціальні зміни, культурні запити молодих та зрілих дорослих можуть підтримувати, розвивати або руйнувати шаблони поведінки, закладені на ранніх вікових етапах. Необхідність приймати рішення та долати труднощі, спираючись на реалії повсякденного життя, вступати у нові взаємини, переосмислювати цінності призводить до переосмислення та змін самосприйняття.

Констатовано, що задачі, які виникають у особистості в період дорослості, більшість дослідників пов'язує із реалізацією у сімейній та професійній сферах. Самореалізація та самосприйняття особистості залежать від її гендеру.

Встановлено, що жінки перебувають під більшим тиском суспільства та стереотипів, що в ньому існують, це негативно відбивається на самосприйнятті та самореалізації жіноцтва. Традиційно в патріархальних етнокультурах сферою самореалізації жіноцтва визначається сім'я. Зміна шлюбно-сімейного статусу

внаслідок розлучення деструктивно впливає на самоприйняття та самореалізацію розлучених жінок та чоловіків.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ САМОСПРИЙНЯТТЯ ТА САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ЖІНОК ПІСЛЯ РОЗІРВАННЯ ШЛЮБУ

2.1. Методологія та організація емпіричного дослідження

Методика дослідження самоствавлення С. Пантілєєва спрямована на дослідження особливостей емоційного ставлення особистості до самої себе та містить дев'ять шкал, зокрема:

«Закритість/відкритість» – визначає перевагу однієї з двох тенденцій: або конформності, мотивації соціального схвалення, або критичності, глибокого усвідомлення себе, внутрішньої чесності, відкритості.

«Самовпевненість» – визначає самоповагу, ставлення до себе як до впевненої, самостійної, вольової та надійної людини, яка знає, що їй є за що себе поважати.

«Самокерівництво» – відображає уявлення особистості про основне джерело власної активності, результатів та досягнень, про джерело розвитку власної особистості, підкреслює домінування власного «Я» або зовнішніх обставин.

«Відображене самоствавлення» – характеризує уявлення суб'єкта про здатність викликати у інших людей повагу, симпатію. В інтерпретації результатів слід враховувати, що шкала не відображає істинного змісту взаємодії між людьми, а лише суб'єктивне сприйняття стосунків, що склалися.

«Самоцінність» – характеризує відчуття цінності власної особистості та передбачену цінність власного «Я» для інших.

«Самоприйняття» – дозволяє судити про ступінь вираження почуття симпатії до себе, згоди зі своїми внутрішніми прагненнями, сприйняття особистістю себе такою, яка є, незважаючи на недоліки та слабкості.

«Самоприхильність» – виявляє ступінь бажання змінюватися відносно наявного стану.

«Внутрішня конфліктність» – визначає наявність внутрішніх конфліктів, сумнівів, незгоди з собою, вираженість тенденцій до рефлексії та самокопання.

«Самозвинувачення» – характеризує вияв негативних емоцій щодо свого «Я».

Статеворольовий опитувальник С. Бем спрямований на визначення того, як доросла людина оцінює себе з позиції гендеру. Опитувальник складають 60

прикметників, кожен з яких досліджуваний оцінює, виходячи з того, наскільки точно він його характеризує. Містить три шкали, зокрема: «Маскулінність», «Фемінінність» та «Андрогінність».

Методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча – спрямована на вивчення уявлень про систему значущих цінностей, що визначають найбільш загальні орієнтири життєдіяльності досліджуваного. Складається з двох блоків цінностей – «Інструментальні цінності» та «Термінальні цінності», по 18 пунктів у кожному. Досліджуваному пропонують по черзі прочитати кожен список та вибудувати ієрархію цінностей, де 1 – найцінніша для досліджуваного, а 18 – найменш цінна.

Тест смисложиттєвих орієнтацій Д. Леонтєєва – складається з 20 пунктів, кожен із яких містить два твердження, ступінь згоди з одним з них досліджуваний оцінює за 7-бальною шкалою. Тест містить шість шкал, зокрема:

«Загальна усвідомленість життя»

«Цілі життя» – вимірює наявність або відсутність у житті досліджуваного цілей у майбутньому, які надають змістовності життю.

«Процес життя» – вимірює, наскільки процес життя оцінюється як цікавий, емоційно наповнений та змістовний.

«Результати життя» – відображає оцінку прожитого відрізка життя, відчуття того, наскільки наповненим та продуктивним було життя.

«Локус контролю – Я» – відображає, наскільки досліджуваний сприймає себе як особу, здатну до побудови свого життя відповідно до власних цілей.

«Локус контролю – життя» – вимірює тенденцію до фаталізму, упевненість у тому, що життя людини не підвладне особистісному контролю.

Авторська анкета – складається з шести частин.

Перша частина складається з питань, що стосуються біографічних відомостей про досліджуваного (П.І.Б., стать, вік, контактні дані, рівень освіти, стаж перебування у шлюбі, ініціатор розлучення, оцінка шлюбу з позиції базових та соціогенних потреб).

Друга частина (тільки для розлучених респондентів) пропонує досліджуваним оцінити специфіку змін, з якими вони зіткнулися після розлучення. Запропоновано оцінити, чи змінилися: взаємини з колишнім партнером, з дітьми, з найближчими родичами, з родичами партнера, зі спільними з партнером друзями, з колегами. Також запропоновано визначити, чи змінився після розлучення матеріальний стан та житлові умови, обов'язки, дозволя та самопочуття (див. табл. А.1).

Третя частина спрямована на визначення ступеня реалізованості досліджуваних у різних соціальних ролях. Подано перелік з 27 соціальних ролей, ступінь реалізованості яких досліджуваний оцінює за 5-бальною шкалою (див. табл. А.2).

Четверта частина спрямована на визначення гендерної стереотипизованості досліджуваних. Респондентам пропонують 20 тверджень, які стосуються взаємовідносин жінок і чоловіків, їхніх ролей та якостей, ступінь згоди з якими визначається за 6-бальною шкалою (див. табл. А.3).

П'ята частина спрямована на виявлення планів на майбутнє досліджуваних. Запропоновано в довільній формі описати ті зміни, на які очікують досліджувані в найближчий рік та три роки. Сфери, у яких можуть відбутися зміни, такі: освіта, сім'я, професійна діяльність, матеріальні здобутки, здоров'я, дозволя, суспільна діяльність (див. табл. А.4).

Шоста частина спрямована на виявлення специфіки сприйняття шлюбно-сімейних статусів. Досліджуваним пропонують перелік з 9 пар, у кожній з яких необхідно визначити ту особу, яку визнано носієм вищого статусу. Перелік містить жіночі й чоловічі статуси в рівній кількості.

На першому етапі для дослідження специфіки сприйняття жінками та чоловіками шлюбно-сімейних статусів та побудови ієрархії статусів було використано авторську анкету. Жінкам і чоловікам з різними шлюбно-сімейними статусами було запропоновано визначити особу з вищим статусом у кожній з пар:

- «заміжня жінка – розлучена жінка»;

- «незаміжня жінка – заміжня жінка»;
- «розлучена жінка – незаміжня жінка»;
- «одружений чоловік – розлучений чоловік»;
- «неодружений чоловік – одружений чоловік»;
- «розлучений чоловік – неодружений чоловік»;
- «одружений чоловік – заміжня жінка»;
- «неодружений чоловік – незаміжня жінка»;
- «розлучений чоловік – розлучена жінка».

Аналіз результатів відповідей досліджуваних надав можливість виявити гендерну специфіку сприйняття шлюбно-сімейних статусів жінок і чоловіків, побудувати ієрархію шлюбно-сімейних статусів особистості.

Для дослідження образів «щаслива жінка/розлучена жінка», «щасливий чоловік/розлучений чоловік» було використано статево-рольовий опитувальник С. Бем, у якому наведено перелік з 60 якостей, 20 з яких – фемінінні, 20 – маскулінні та 20 не мають очевидної статевої орієнтації. На цьому етапі одруженим респондентам було запропоновано оцінити названі вище образи чоловіків і жінок за ступенем вияву у них цих якостей. Надалі було здійснено порівняльний аналіз уявних образів розлучених жінок і чоловіків з реальними самоописами розлучених особистостей.

На другому етапі ми виконували завдання дослідження специфічних життєвих змін, з якими стикається особистість після розлучення. Аналіз отриманих результатів дозволив виявити соціально-психологічні характеристики вибірки: встановити статево-віковий розподіл досліджуваних, їхній вік, рівень освіти, стаж перебування у шлюбі, ініціатора розлучення, а також визначити, яким чином досліджувані оцінюють свої колишні шлюбні стосунки та з якими змінами у стосунках з найближчим оточенням зіткнулися після розлучення.

Для дослідження динаміки самооцінних ставлень жінок і чоловіків після розлучення було використано метод ретроспективних оцінок та статево-рольовий опитувальник С. Бем. Досліджуваним було запропоновано оцінити

свої якості у трьох позиціях – «до розлучення», «у момент розлучення» та «після розлучення». Отримані результати опрацьовували з використанням t-критерію Стьюдента.

Для дослідження компонентів самосприйняття використовували методику дослідження самоставлення С. Пантілєєва, зокрема, для дослідження:

а) когнітивного компоненту самосприйняття – шкали «Закритість/відкритість» та «Внутрішня конфліктність», які відображають готовність особистості до саморефлексії;

б) афективного компоненту самосприйняття – шкали «Самоцінність», «Самоприхильність», «Самозвинувачення», які відображають ціннісно-емоційне ставлення особистості до самої себе;

в) поведінкового компоненту самосприйняття – шкали «Самовпевненість», «Самокерівництво», «Відображене самоставлення», «Самоприйняття», які відображають самовпевненість та відповідальність індивіда, його готовність до дії тощо.

Для визначення особливостей мотиваційно-ціннісної сфери було використано методику «Ціннісні орієнтації» М. Рокича та самоактуалізаційний тест.

Для встановлення ступеня стереотипізованості гендерних ролей було використано авторську анкету, у якій досліджуваним пропонували оцінити ступінь своєї згоди з поширеними в українському суспільстві гендерними стереотипами.

Для визначення ступеня реалізованості розлучених використовували авторську анкету (перелік соціальних ролей) та тест смисложиттєвих орієнтацій Д. Леонтєєва; для визначення сфер самореалізації жінок і чоловіків після розлучення – авторську анкету (побудова часової перспективи).

Вибірку склали 245 респондентів, з них 140 розлучених (107 жінок та 33 чоловіки) та 105 у шлюбі (66 жінок та 39 чоловіків), віком від 21 до 67 років.

Серед досліджуваних жінок вдвічі більше, ніж чоловіків (див. табл. 2.1). Обрана тема «Особливості самосприйняття та самореалізації жінок після

розлучення» обумовила більшу увагу саме до жіноцтва, що призвело до певної дисгармонії статевого розподілу вибірки.

Таблиця 2.1

Статевий розподіл вибірки дослідження (у %)

Досліджувані	Жінки	Чоловіки
Вибірка загалом	70,6	29,4

Середній вік досліджуваних – 35,4 року. Для потреб аналізу ми розділили всіх досліджуваних на чотири вікові групи (див. табл. 2.2). До групи від 21 до 28 років увійшло 23 % респондентів, з них жінок на 10 % більше, ніж чоловіків. У групі від 29 до 34 років, у яку увійшло 28 % досліджуваних, на 5 % більше чоловіків. Групу від 35 до 45 років склали 32 % досліджуваних з приблизно однаковою кількістю жінок та чоловіків. Групу старше 45 років склали 17 % досліджуваних, з них чоловіків на 5 % більше, ніж жінок.

Таблиця 2.2

Віковий розподіл вибірки дослідження (у %)

Досліджувані	21–28 років	29–34 роки	35–45 років	46–60 років
Вибірка загалом	23	28	32	17

За рівнем освіти респонденти розподілилися таким чином: тих, які мають середню освіту, – 10 %, середню спеціальну освіту, – 39 %, незакінчену вищу, – 16 %, повну вищу освіту, – 35 % (див. табл. 2.3).

Таблиця 2.3

Розподіл досліджуваних за рівнем освіти (у %)

Досліджувані	Середня освіта	Середня спеціальна освіта	Неповна вища освіта	Повна вища освіта
Вибірка загалом	10	39	16	35

Щодо шлюбного статусу, то серед досліджуваних кількість розлучених респондентів становить 57,1 %, одружених – 42,9 % (див. табл. 2.4).

Таблиця 2.4

Розподіл вибірки за шлюбно-сімейним статусом (у%)

Досліджувані	Розлучені	Одружені
Вибірка в цілому	57,1	42,9

За наявністю дітей досліджувані розподілилися таким чином: 16,4 % респондентів є бездітними на момент дослідження, 83,6 % – мали хоча б одну дитину (див табл. 2.5).

Таблиця 2.5

Розподіл вибірки за наявністю дітей (у %)

Досліджувані	Дітні	Бездітні
Вибірка загалом	84	16

2.2. Гендерний аспект особливостей сприйняття шлюбно-сімейного статусу

Згідно з концепцією нашого дослідження, зміна шлюбно-сімейного статусу призводить до зміни прав та обов'язків і, відповідно, до змін самосприйняття. Спираючись на це, одним зі своїх завдань ми визначили аналіз специфіки сприйняття шлюбно-сімейних статусів жінками та чоловіками. Це завдання було виконано за допомогою авторської анкети, у якій досліджуваним було запропоновано порівняти жінок та чоловіків з різними шлюбно-сімейними статусами, визначивши ті з них, які надають його носіям почуття вищості.

Завдання порівняти шлюбно-сімейні статуси виконали 100 % досліджуваних. Під час аналізу анкет досліджуваних із різним шлюбно-сімейним статусом не було виявлено значущих відмінностей у відповідях представників одностатевих вибірок.

Зафіксовано гендерні розбіжності у сприйнятті шлюбно-сімейних статусів жінками та чоловіками. Було встановлено, що в ієрархії жіночих статусів жіноцтво визнає вищим статус «заміжня» (див. рис. 2.1). Цей факт, на

нашу думку, підтверджує наявність у українських жінок орієнтації на патріархальні цінності.



Рис. 2.1. Гендерна специфіка побудови ієрархії шлюбно-сімейних статусів жінок

Чоловіки визначили вищим у ієрархії жіночих шлюбно-сімейних статусів статус «незаміжня». Таким, що має найменші переваги, а відповідно є найнижчим в ієрархії жіночих шлюбно-сімейних статусів, представники обох статей визнали статус «розлучена». Тож, можна стверджувати, що в уявленні жінок і чоловіків відбувається зниження соціального статусу жінки після розпаду її шлюбних стосунків.

Щодо аналізу ієрархії сімейних статусів чоловіків, то ми отримали такі дані: жінки вважають статус «одружений чоловік» таким, який має найбільші переваги, тоді як чоловіки визнають найвищим статус «неодружений чоловік» (див. рис. 2.2).

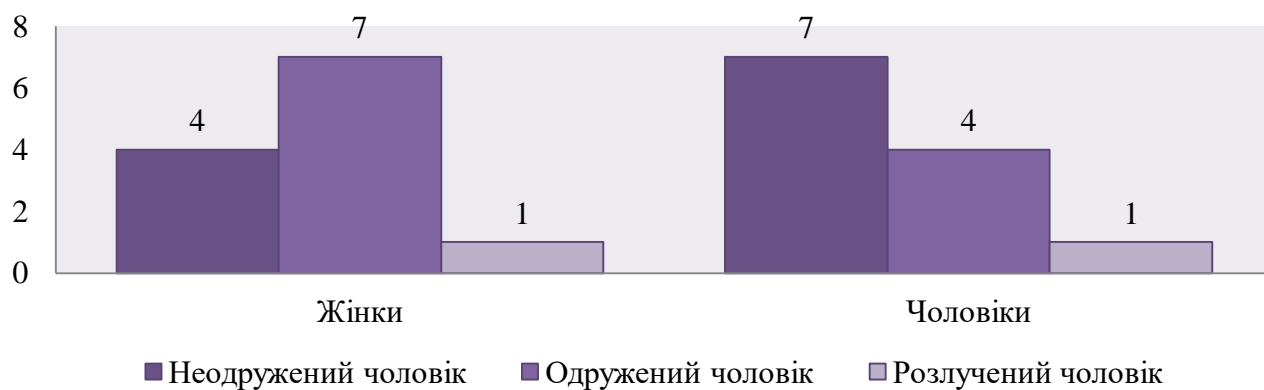


Рис. 2.2. Гендерна специфіка побудови ієрархії шлюбно-сімейних статусів чоловіків

Отже, чоловіки визначають як більш привабливий для представників обох статей статус «незаміжня/неодружений», а жінки – «заміжня/одружений», що ми пояснюємо дією механізму проекції, коли жінки та чоловіки несвідомо приписують своє сприйняття сімейних статусів представникам іншої статі.

Водночас, порівнюючи представників різних статей із рівними сімейними статусами, досліджувані з обох вибірок визначили саме заміжню жінку як особу, яка має найбільші переваги (див. рис. 2.3).

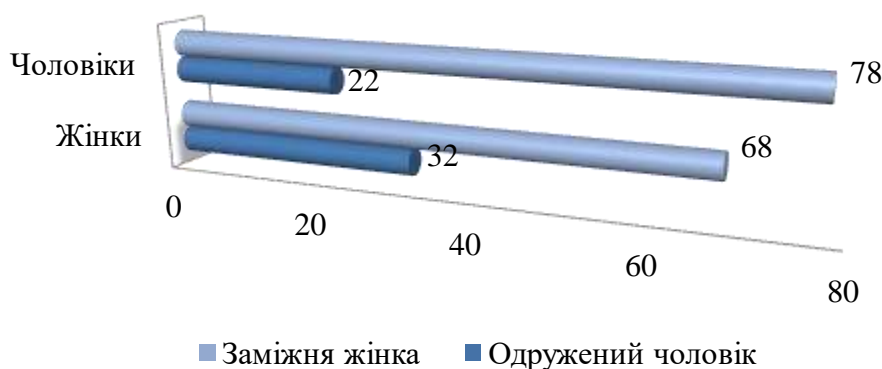


Рис. 2.3. Гендерний аспект порівняння шлюбно-сімейного статусу жінок та чоловіків

На нашу думку, така тенденція в оцінці сімейних статусів жінки пов'язана з можливістю компенсувати нижчий статус жінки шляхом заміжжя, тобто наближенням до носія вищого соціального статусу – чоловіка.

Підсумовуючи, зазначимо, що в уявленні жінок і чоловіків після розпаду шлюбу відбувається зниження соціального статусу представників обох статей. Дослідження показало, що існують гендерні розбіжності у сприйнятті шлюбно-сімейних статусів жінки, які виявляються у більшій цінності шлюбно-сімейного статусу «заміжня» саме для жінок. Саме тому наступним кроком нашого дослідження є аналіз особливостей образу розлучених жінки та чоловіка в уявленні одружених чоловіків та жінок.

2.3. Особливості самосприйняття жінок після розлучення

Згідно з нашою гіпотезою та результатами дослідження уявлень жіноцтва про образ розлученої жінки, втрата статусу «заміжньої» негативно позначається на самосприйнятті жінки.

Для виявлення особливостей самосприйняття жінок після розлучення ми застосовували факторний аналіз. Факторизацію проведено методом головних компонент, обернення (поворот) перших трьох факторів, що пояснюють 73,3 % загальної дисперсії, було здійснено методом varimax. Навантаження на кожен знайдений фактор, внесок фактора в загальну дисперсію, факторні навантаження за кожною шкалою представлено в таблиці В.1 (див. додаток В). Навантаження, що утворюють фактор, виділено в таблиці сірим кольором. Критерій значущості навантажень встановлено для всіх факторів на рівні 0,7.

За першим фактором, який ми назвали «впевненість у собі» (42,1 % дисперсії), значущі навантаження мають шкали «самовпевненість», «самокерівництво», «відображене самоствалення», «самоприйняття», що визначають компонент самосприйняття, який відповідає за взаємодію із навколишнім світом, – самовпевненість та відповідальність.

За другим фактором (19,88 % дисперсії), інтерпретованим як «емоційна рівновага, стабільність самосприйняття», шкали «самоцінність», «самоприхильність», «самозвинувачення» мають значущі навантаження та

відображають компонент самосприйняття, який дозволяє особистості протистояти впливам навколишнього середовища.

За третім фактором (11,32 % дисперсії), інтерпретованим як «саморозуміння», значущі навантаження мають шкали «закритість» та «внутрішня конфліктність», які відображають готовність особистості до самопізнання, рефлексії.

Відповідно до моделі самосприйняття особистості після розлучення кожен із визначених нами факторів співвідноситься з окремим компонентом самосприйняття. Так, перший фактор – «впевненість у собі» – відповідає поведінковому компоненту самосприйняття. Другий фактор – «емоційна рівновага» – відповідає афективному компоненту самосприйняття. Третій фактор – «саморозуміння» – відповідає когнітивному компоненту самосприйняття.

Далі розглянемо кожен із цих компонентів окремо, порівнявши якість їх прояву у жінок з різним шлюбно-сімейним статусом.

Когнітивний компонент самосприйняття (саморозуміння). Згідно з моделлю самосприйняття особистості, наведеною у розділі 1, когнітивний компонент самосприйняття – самопізнання – пов'язаний із відображенням різних сторін об'єктивної та суб'єктивної реальності, здатністю пізнавати себе, змінювати уявлення про себе, рефлексувати, результатом чого є сукупність уявлень і знань індивіда про себе.

Проаналізуємо здатність до рефлексії «Я» та гнучкості уявлень про себе жінок після розлучення, спираючись на показники шкал «Самоприхильність» та «Внутрішня конфліктність» методики С. Пантілеєва та порівняємо ці показники з результатами дослідження заміжніх жінок (див. табл. 2.6).

Серед розлучених жінок лише 2,8 % здатні до розвинутої саморефлексії, глибокого саморозуміння себе та самокритичності, тоді як серед заміжніх жінок виявили таку здатність 30,3 % досліджуваних. Загалом, більшість розлучених (92,5 %) та заміжніх (60,6 %) жінок демонструють середній рівень рефлексії, розуміння себе та самокритичності. Кількість розлучених жінок, у яких навички

рефлексії розвинені недостатньо, склала 4,7 %, що вдвічі менше за результат заміжніх жінок.

Таблиця 2.6

**Особливості когнітивного компоненту самосприйняття жінок з
різним шлюбним статусом (у %)**

Складові когнітивного компоненту самосприйняття		Розлучені жінки (n=107)	Заміжні жінки (n=66)
Закритість	Високий рівень	4,7	9,1
	Середній рівень	92,5	60,6
	Низький рівень	2,8	30,3
Внутрішня конфліктність	Високий рівень	9,3	3
	Середній рівень	83,2	69,7
	Низький рівень	7,5	27,3

У більшості розлучених (83,2 %) та заміжніх (69,7 %) жінок здатність до рефлексії залежить від адаптованості до ситуації. Поєднати здатність до рефлексії зі збалансованістю рівня прагнень та можливостей спроможні 7,5 % розлучених та 27,3 % заміжніх жінок. Серед розлучених жінок втричі більше тих, у кого саморефлексія межує з самокопанням (9,3 % до 3 % відповідно). Отже, можна стверджувати, що когнітивний компонент самосприйняття у розлучених жінок більшою мірою залежить від рівня їхньої адаптованості до реалій буття та менш розвинений, ніж у жінок, які залишаються у шлюбних стосунках.

Аналізуючи зв'язки між когнітивним компонентом самосприйняття жінок та їхніми самоописами, зазначимо, що ми не виявили зв'язків між рівнем здатності до саморефлексії та особливостями самооцінних ставлень жінок після розлучення.

Афективний компонент самосприйняття (емоційна рівновага, стабільність самосприйняття). Згідно з наведеною у розділі 1 моделлю самосприйняття особистості афективний компонент (емоційна рівновага) являє собою відображення ціннісно-емоційного ставлення індивідів до себе, результатом чого є сукупність суб'єктивних, емоційно забарвлених думок і оцінок різних сторін своєї особистості, які виявляються у самоповазі та довірі до

себе. Розглянемо здатність жінок до самоповаги, звернувшись до показників шкал «Самоцінність», «Самоприхильність» та «Самозвинувачення» за методикою С. Пантілеєва, порівнявши результати дослідження розлучених та заміжніх жінок (див. табл. 2.7).

Таблиця 2.7

**Особливості афективного компоненту самосприйняття жінок з
різним шлюбним статусом (у %)**

Складники афективного компоненту самосприйняття		Розлучені жінки (n=107)	Заміжні жінки (n=66)
Самоцінність	Високий рівень	14,9	36,4
	Середній рівень	78,5	63,6
	Низький рівень	6,6	0
Самоприхильність	Високий рівень	4,7	21,2
	Середній рівень	94,4	75,7
	Низький рівень	0,9	3
Самозвинувачення	Високий рівень	4,7	3
	Середній рівень	57	45,5
	Низький рівень	38,3	51,5

Серед розлучених жінок вдвічі менше (14,9 %), ніж серед заміжніх (36,4 %), тих, кому висока впевненість у собі допомагає протистояти впливам середовища та раціонально сприймати критику на власну адресу. Загальна більшість жінок (78,5 % розлучених та 63,6% заміжніх) характеризуються вибіркоким ставленням до себе, через що критичні зауваження оточення можуть призвести до відчуття малоцінності жінки. Глибока невпевненість у собі, яка послаблює супротив впливам середовища, поєднується з підвищеною чутливістю до зауважень та критики оточення й характерна лише для розлучених жінок (6,6 %).

Прагнення зберегти в недоторканному стані власні якості, вимоги до себе, а головне – бачення та оцінку себе більш характерні для заміжніх жінок (21,2 % проти 4,7 % у розлучених жінок). Вважаємо, що набуття відповідного шлюбно-сімейного статусу призводить до відчуття самодостатності та досягнення ідеалу у заміжніх жінок, що може пригноблювати процеси самореалізації. Для

більшості вибірки (94,4 % розлучених та 75,5 % заміжніх жінок) характерним є прагнення змінити лише деякі якості при збереженні інших. Високий рівень готовності до змін самосприйняття, легкість змін уявлень про себе було виявлено у 3 % заміжніх жінок та у менше одного відсотка розлучених.

Приблизно однакова кількість жінок із різним шлюбно-сімейним статусом (4,7 % розлучених та 3 % заміжніх) схильні бачити в собі насамперед недоліки та готові взяти на себе провину за всі свої невдачі. До звинувачення себе за певні вчинки та дії, що поєднується з проявом гніву, досади на оточення, більше схильні розлучені жінки (57 %), тоді як до заперечення власної провини в конфліктних ситуаціях, звинувачення переважно інших, перенесення відповідальності на оточення за усунення бар'єрів на шляху до досягнення мети – заміжні (51,5 %).

Тож, можна сказати, що афективний компонент самосприйняття розлучених жінок характеризується нестабільністю, невпевненістю, підвищеною чутливістю до впливів соціального оточення.

Аналізуючи зв'язки між афективним компонентом самосприйняття та самоописами жінок, зазначимо, що ті розлучені жінки, які здатні протистояти впливам середовища, визначають себе як більш упевнених у собі ($r = 0,3, p \leq 0,01$), здатних допомогти ($r = 0,25, p \leq 0,01$) і захистити свої погляди ($r = 0,27, p \leq 0,01$), життєрадісних ($r = 0,34, p \leq 0,001$), атлетичних ($r = 0,22, p \leq 0,05$), наполегливих ($r = 0,26, p \leq 0,01$), сильну особистість ($r = 0,25, p \leq 0,01$), відданих ($r = 0,27, p \leq 0,01$), сильних ($r = 0,3, p \leq 0,01$), надійних ($r=0,28, p \leq 0,01$), аналітичних ($r=0,3, p \leq 0,01$), здатних до лідерства ($r=0,27, p \leq 0,01$), правдивих ($r=0,24, p \leq 0,05$), щирих ($r=0,22, p \leq 0,05$), самодостатніх ($r=0,25, p \leq 0,01$), сердечних ($r=0,21, p \leq 0,05$), таких, які мають власну позицію ($r=0,22, p \leq 0,05$), амбітних ($r=0,2, p \leq 0,05$) та менш похмурих ($r=0,29, p \leq 0,01$). Самоописи розлучених жінок, які мають розвинений афективний компонент самосприйняття, є більш маскулініними.

Поведінковий компонент самосприйняття (впевненість у собі). Згідно з наведеною у розділі 1 моделлю самосприйняття особистості поведінковий

компонент (саморегуляція та самоздійснення) виявляється у самовпевненості та відповідальності індивіда, відображає дієві установки, мотиваційний стан, готовність до дії, спрямованість на певні форми діяльності та сфери самореалізації особистості. Для аналізу поведінкового компоненту самосприйняття розлучених жінок ми скористалися показниками шкал «Самовпевненість», «Самокерівництво», «Відображене самоствавлення», «Самоприйняття» за методикою дослідження самоствавлення С. Пантілеєва (див. табл. 2.8).

Таблиця 2.8

**Особливості афективного компоненту самосприйняття жінок із
різним шлюбним статусом**

Складники афективного компоненту самосприйняття		Розлучені жінки (n=107)	Заміжні жінки (n=66)
Самовпевненість	Високий рівень	2,8	30,3
	Середній рівень	94,4	66,7
	Низький рівень	2,8	3
Самокерівництво	Високий рівень	0	33,3
	Середній рівень	93,4	60,6
	Низький рівень	6,6	6,1
Відображене самоствавлення	Високий рівень	1,9	36,4
	Середній рівень	90,6	63,6
	Низький рівень	7,5	0
Самоприйняття	Високий рівень	1,9	39,4
	Середній рівень	90,6	57,6
	Низький рівень	7,5	3

Більшість жінок (94,4 % та 66,7 % досліджуваних) зберігає працездатність, упевненість у собі, орієнтацію на успіх у знайомих ситуаціях, тоді як за непередбачуваних труднощів упевненість у собі знижується, зростає тривога, хвилювання. Разом з тим, 30,3 % заміжніх і лише 2,8 % розлучених жінок характеризуються значною впевненістю у собі, відчуттям сили власного «Я», високою сміливістю у спілкуванні, здатністю відносно легко долати перепони на своєму життєвому шляху, тоді як до неповаги до себе, пов'язаній із невпевненістю у власних силах, сумнівами у власних здібностях, схильні

приблизно однакова кількість розлучених (2,8 %) та заміжніх (3 %) досліджуваних жінок.

За результатами нашого дослідження, уявлення про себе як про основне джерело розвитку власної особистості та регулятор досягнень та успіхів властиві тільки заміжнім жінкам (33,3 %). На нашу думку, набуття сімейного статусу призводить до збільшення впевненості жінок, і навпаки, його зміна внаслідок розпаду шлюбу пригноблює активність особистості, призводить до втрати здатності організувати свою поведінку та стосунки з оточенням, провокує зниження здатності прогнозувати власні дії та наслідки створених контактів. Переважна більшість досліджених жінок (93,4 % розлучених та 60,6 % заміжніх) у звичних для себе умовах існування виявляють високу здатність до особистісного контролю, тоді як у нових ситуаціях регулятивні здатності «Я» знижуються, і, своєю чергою, відбувається підвищення схильності до підкорення впливам середовища. Приблизно однакова кількість жінок (6,6 % та 6,1 %) вважають, що їхнє «Я» підпорядковується зовнішнім обставинам і подіям, відрізняються послабленням механізмів саморегуляції та недостатнім вольовим контролем для подолання зовнішніх та внутрішніх перепон на шляху до досягнення мети.

Сприйняття себе прийнятими оточенням майже не характерно для розлучених жінок. Лише 1,9 % жінок після розлучення відчують, що їх люблять, цінують за особисті та духовні якості, за вчинки та дії, за відданість груповим нормам та правилам. Для більшості жінок (90,6 % та 63,6 %) характерне вибіркоче сприйняття ставлення оточення до себе: з їхньої точки зору, позитивне ставлення оточення поширюється лише на деякі їхні якості та вчинки, тоді як інші особистісні прояви можуть викликати у оточення роздратування та неприйняття. Відчуття нездатності викликати повагу у оточення, уявлення про себе та свою поведінку як про такі, що можуть осуджувати інші люди, за результатами нашого дослідження характерне лише для розлучених жінок.

Розлучені жінки майже не схильні сприймати всі сторони свого «Я», приймати себе у всій повноті поведінкових проявів. Позитивне сприйняття себе, симпатію до себе, до якостей своєї особистості виявили лише 1,9 % розлучених жінок, у той час як серед заміжніх цей показник склав 39,4 %. Жінкам після розлучення більшою мірою властиве вибіркоче ставлення до себе: вони схильні приймати не всі свої позитивні якості та критикувати не всі свої недоліки. Порівняно з заміжніми, жінки після розлучення вдвічі частіше вказують на загальний негативний фон самосприйняття, схильні сприймати себе надто критично.

Порівняння специфіки самосприйняття жінок із різним шлюбно-сімейним статусом вказує на значні розбіжності. Так, виявлено розбіжності за вісьмома складниками компонентів самосприйняття (див. табл. 2.9).

Таблиця 2.9

Особливості самосприйняття жінок із різним шлюбно-сімейним статусом

Компоненти самосприйняття	Розлучені жінки (n=107)	Заміжні жінки (n=66)	t-критерій Стьюдента
Самовпевненість	5,29	7,27	-6,31**
Самокерівництво	5,03	6,27	-3,84**
Відображене само ставлення	5,02	7,11	-6,49**
Самоцінність	6,03	7,27	-2,93*
Самосприйняття	5,16	6,94	-5,23**
Самоприв'язаність	5,51	6,88	-4,69**
Внутрішня конфліктність	5,58	4,5	2,69*

Примітка: * $p \leq 0,01$; ** $p \leq 0,001$

Аналізуючи зв'язки між компонентами самосприйняття та самоописами розлучених жінок, зазначимо, що жінки з розвиненим поведінковим компонентом самосприйняття описують себе як більш удачливих ($r = 0,2$; $p \leq 0,05$), привабливих ($r = 0,28$; $p \leq 0,01$), менш сором'язливих ($r = -0,2$; $p \leq 0,05$), хоча й не надто схильних до змагання, конкуренції ($r = -0,24$; $p \leq 0,05$).

Виявлено значні розбіжності щодо ціннісно-мотиваційної сфери жінок із різним шлюбно-сімейним статусом. Виявлено, що на противагу заміжнім, жінки після розлучення значно менше цінують красу природи й мистецтва ($U = 2165; p \leq 0,05$), широту поглядів ($U = 1266; p \leq 0,01$) та чесність ($U = 1932; p \leq 0,001$), більше орієнтуючись на суспільне визнання ($U = 1345; p \leq 0,01$), акуратність ($U = 1221; p \leq 0,01$), вихованість ($U = 1252; p \leq 0,001$), більш непримиренно ставляться до недоліків у собі та оточення ($U = 1361; p \leq 0,01$). Вважаємо, що така динаміка змін ціннісних орієнтацій свідчить про дію гендерних стереотипів, що може негативно впливати на самосприйняття та самореалізацію жінок.

Для подальшого якісного аналізу самосприйняття досліджуваних після розлучення було здійснено кластерний аналіз. Кластеризація відбувалася за показниками «Закритість» та «Самовпевненість» методики дослідження самоствалення С. Пантілеєва. Використані формули для переведення балів у процентілі наведено в додатку В (див. табл. В.2).

За результатами проведеного кластерного аналізу було виявлено шість груп розлучених респондентів, які суттєво відрізняються за якістю самосприйняття (див. додаток В, табл. В.3). Визначено гендерні розбіжності розподілу вибірки за типами самосприйняття (див. табл. 2.10).

Перший тип самосприйняття, умовно названий нами «Позитивне стійке самосприйняття», характеризується внутрішньою чесністю, відкритістю стосунків із собою, достатньо розвинутою рефлексією та глибоким розумінням себе, значною впевненістю у собі, силою власного «Я», сміливістю у спілкуванні, відчуттям власної компетентності та змоги вирішувати життєві питання, долати перепони на шляху до досягнення мети тощо. Кількість чоловіків, які складають цю групу, більше ніж удвічі перевищує кількість жінок із таким самосприйняттям.

Таблиця 2.10

Статеві специфіка розподілу вибірки* за типами самосприйняття (у %)

Типи самосприйняття		Жінки (n=107)	Чоловіки (n=33)
1	Позитивне стійке самосприйняття	3,7	9,1
2	Позитивне нестійке самосприйняття	19,6	36,4
3	Негативне стійке некритичне самосприйняття	14	6,1
4	Негативне стійке критичне самосприйняття	14,9	24,2
5	Негативне нестійке самосприйняття	29,9	6,1
6	Нестійке вибіркове самосприйняття	17,7	18,2

*Примітка: * – тільки розлучені респонденти*

Другий тип самосприйняття – «Позитивне нестійке самосприйняття» – характеризується внутрішньою чесністю, відкритістю у стосунках із собою, саморефлексією та глибоким розумінням себе, збереженням працездатності та впевненості у собі у знайомих ситуаціях, при зниженні впевненості у собі й зростанні тривоги в непередбачуваних ситуаціях. Найбільший відсоток респондентів, які були віднесені до цієї групи, складають розлучені чоловіки.

Третій тип самосприйняття, умовно визначений як «Негативне стійке некритичне самосприйняття», характеризується неповагою до себе, яка пов'язана з невпевненістю у власних силах, сумнівами у власних здібностях, схильністю уникати відкритих стосунків із собою через недостатній розвиток навичок рефлексії, поверхове бачення себе або усвідомлене небажання саморозкриття та визнання існування особистісних проблем. Такий тип самоствавлення більш характерний для розлучених жінок, ніж для чоловіків.

Четвертому типу самосприйняття – «Негативне стійке критичне самосприйняття» - властиві неповага до себе, пов'язана з невпевненістю у власних силах, із сумнівами у власних здібностях, що супроводжується надмірною самокритичністю. До такого самоствавлення більшою мірою схильні чоловіки.

П'ятий тип самосприйняття, визначений як «Негативне нестійке самосприйняття», характеризується неповагою до себе, пов'язаною з невпевненістю у власних силах, сумнівами у власних здібностях, які супроводжуються подоланням деяких психологічних захистів за актуалізації

інших, особливо у критичних ситуаціях. Переважна більшість розлучених жінок відрізняється таким типом самоствавлення.

Шостий тип самосприйняття, названий «Нестійким вибіркоким самосприйняттям», визначається релятивним ставленням до себе, подоланням та одночасною актуалізацією деяких механізмів психологічного захисту, особливо в критичних ситуаціях, а також зниженням працездатності та впевненості у собі, підвищенням тривоги в непередбачуваних ситуаціях. Різниця кількості жінок та чоловіків, які склали цю групу, статистично незначуща.

Згідно з отриманими результатами можна стверджувати, що розлучені жінки, на відміну від розлучених чоловіків, відзначаються меншою впевненістю у собі та повагою до себе, що негативно впливає на сприйняття ситуації розлучення та самопочуття.

Далі порівнюємо досліджуваних із різними типами самосприйняття, зосередившись на визначенні розбіжностей між близькими за змістом типами. Усі показники дослідження наведено в додатку Г (див. табл. Г.1-2).

Підсумовуючи, зазначимо, що самосприйняття розлучених жінок відрізняється від самосприйняття розлучених чоловіків і від сприйняття заміжніх жінок. Для більшості жінок після розлучення властиве негативне самосприйняття, яке характеризується середнім рівнем рефлексії, розуміння себе та самокритичності, здатність до яких залежить від адаптованості до ситуації; вибіркоким ставленням до себе; звинуваченням себе за певні вчинки та дії, що поєднується з проявом гніву, досади на адресу оточення; схильністю до підкорення впливам середовища; вибіркоким сприйняттям ставлення оточення до себе, позитивне ставлення якого поширюється лише на певні якості, певні вчинки, тоді як інші особистісні прояви здатні викликати у оточення роздратування та неприйняття; прийняттям не всіх своїх позитивних якостей та критикою не всіх своїх недоліків.

2.4. Особливості самореалізації жінок після розлучення

Ступінь реалізованості жінок до розлучення узгоджується з високим рівнем їхньої гендерної стереотипізованості ($r = 0,24$; $p \leq 0,05$). У шлюбі відчуття самореалізованості жінки залежить від її відповідності гендерним стереотипам щодо сфер самореалізації жіноцтва. Так, заміжні жінки схильні погоджуватися, що заміжжя є ознакою соціальної норми для жінки ($r = 0,28$; $p \leq 0,01$), що якість заміжньої жінки визначається її успішністю у ролі хазяйки ($r = 0,19$; $p \leq 0,05$), що жінці необхідно зберігати цноту до шлюбу ($r = 0,37$; $p \leq 0,001$), що жінка має відігравати пасивну роль у стосунках із чоловіком на етапі побудови романтичних взаємин («чоловік має завоювати жінку») ($r = 0,23$; $p \leq 0,05$), що чоловіки мають більшу свободу реалізовувати свою сексуальність ($r = 0,23$; $p \leq 0,05$).

Висока самореалізованість жінок згідно із стереотипними уявленнями про чоловічий та жіночий шляхи самореалізації, узгодженість життя з традиційним сценарієм призводять до виникнення у жіноцтва відчуття здатності контролювати власне життя ($r = 0,2$; $p \leq 0,05$) та певною мірою відбивається у їхніх особистісних якостях. Такі жінки менше цінують матеріально забезпечене життя ($r = 0,29$; $p \leq 0,01$), а вище – можливість пізнання, розширення власного кругозору ($r = -0,22$; $p \leq 0,05$), схильні більше поважати себе за свої достоїнства ($r = 0,2$; $p \leq 0,05$), позитивно сприймати людей, які їх оточують ($r = 0,23$; $p \leq 0,05$), більш відповідальні щодо власного життя взагалі ($r = 0,25$; $p \leq 0,01$) та своїх здобутків зокрема ($r = 0,38$; $p \leq 0,001$). Вочевидь, «захищеність» заміжніх жінок від негативного впливу соціуму щодо відповідності виконаних життєвих цілей та завдань дозволяє деяким із них виявляти певні якості, властиві самоактуалізованим особистостям.

Ступінь реалізованості жінок після розлучення узгоджується з відмовою жіноцтва від деяких стереотипів, наприклад, від стереотипу щодо ролі чоловіка – утримувача родини ($r = -0,19$; $p \leq 0,05$) та необхідності пристосовуватися до його бажань ($r = -0,21$; $p \leq 0,05$). Розлучення як розпад чоловічо-жіночих стосунків привчає жінок більшою мірою орієнтуватися на власні бажання, хоча цей процес і може бути ініційований ззовні (відповідно до того, хто з подружжя

приймав кінцеве рішення про розлучення). Самореалізовані розлучені жінки менше схильні до таких негативних поведінкових реакцій, як «втеча у хворобу» ($r = -0,34; p \leq 0,001$) та формування надцінних ідей ($r = -0,22; p \leq 0,05$). Вони краще усвідомлюють власне життя ($r = 0,21; p \leq 0,05$), визначаючи його цінність у самому його процесі ($r = 0,21; p \leq 0,05$), відчують здатність його контролювати ($r = 0,23; p \leq 0,05$), менше орієнтуються на правила щодо «нормативної» поведінки, прийняті в суспільстві ($r = -0,21; p \leq 0,05$), розділяють цінності, характерні для самоактуалізованих особистостей ($r = 0,25; p \leq 0,01$), цінують свої достоїнства ($r = 0,27; p \leq 0,01$), позитивно ставляться до інших людей ($r = 0,28; p \leq 0,05$), спрямовані на отримання знань про навколишній світ ($r = 0,25; p \leq 0,01$), демонструють загальну інтернальність ($r = 0,28; p \leq 0,01$), здатні брати відповідальність за власні досягнення ($r = 0,34; p \leq 0,01$) та міжособистісні взаємини ($r = 0,24; p \leq 0,05$).

Отже, незважаючи на те, що для одружених чоловіків і жінок самореалізованість означає дотримання традиційних патріархальних цінностей, для осіб після розлучення характерний трохи інший погляд на самореалізацію особистості. Так, для розлучених чоловіків самореалізація полягає у приведенні свого життя у відповідність до стереотипного сценарію становлення, а для жінок – у частковому відході від нього.

За результатами нашого дослідження, самопочуття розлучених жінок ($r = 0,44; p \leq 0,001$) і розлучених чоловіків ($r = 0,55; p \leq 0,001$) залежить від кількості активно реалізованих соціальних ролей. Ми вважаємо, що звужений діапазон соціальних ролей негативно впливає на самопочуття жінок після розлучення, оскільки може посилювати відчуття «поразки» від невдалого шлюбу через неможливість дії компенсаторних механізмів. Жінки, які в змозі реалізовувати значну кількість соціальних ролей, навпаки, доводять таким чином власну самоцінність та демонструють бажання розвивати та пізнавати власне «Я». Так, самореалізовані жінки після розлучення схильні високо оцінювати свій духовний потенціал, багатство свого внутрішнього світу, сприймати себе як індивідуальність та високо цінувати власну неповторність, що, безперечно,

допомагає протистояти впливам середовища, раціонально сприймати критику на власну адресу ($r = 0,24; p \leq 0,05$); вони готові до змін самосприйняття, відкриті для нового досвіду пізнання себе, спрямовані на пошук відповідності реального та ідеального «Я», прагнуть саморозкриття та самовдосконалення ($r = - 0,21; p \leq 0,05$), а у випадку невдач схильні до критичного погляду на самих себе та свої дії, здатні взяти на себе відповідальність за події власного життя ($r = 0,27; p \leq 0,01$).

Встановлено, що зміна шлюбно-сімейного статусу впливає на процеси самореалізації розлучених жінок і чоловіків (див. табл. 2.11).

Третина розлучених жінок (32,7 %) відзначає втрати у якості самореалізації після розпаду шлюбу. Водночас, певну частину жінок (15,9 %) розлучення активізує: кількість виконуваних ними соціальних ролей значно збільшується, що позитивно впливає на їхнє самопочуття ($\varphi = 9,68; p \leq 0,01$).

Таблиця 2.11

Гендерний аспект впливу зміни шлюбно-сімейного статусу на процеси самореалізації особистості після розлучення (у %)

Динаміка процесів самореалізації після розлучення	Жінки (n=107)	Чоловіки (n=33)
Активізація процесів самореалізації	15,6	21,2
Пригнічення процесів самореалізації	32,7	54,5

Жінки, коло соціальних ролей яких збільшується після розлучення, меншою мірою схильні до стереотипного сприйняття гендерних ролей ($r = - 0,21; p \leq 0,05$), відмовляються від ідеї визначення «якості» заміжньої жінки її якостями домашньої хазяйки ($r = - 0,22; p \leq 0,05$), необхідності збереження цноти ($r = - 0,27; p \leq 0,01$), проте зазначають необхідність для жінки бути сексуально привабливою ($r = 0,2; p \leq 0,05$). Жінки, які після розлучення демонструють підвищення рівня самореалізації у різних соціальних ролях, менше схильні до «втечі у хворобу» ($r = - 0,21; p \leq 0,05$), оптимістично ставляться до життя ($r = 0,19; p \leq 0,05$), мають вищий рівень прагнень та вимог до життя ($r = - 0,21; p \leq 0,05$), хоча, водночас, менше цінують пізнання

($r = 0,21$; $p \leq 0,05$) та раціоналізм ($r = - 0,2$; $p \leq 0,05$). Чоловіки, яких розлучення активізує до самореалізації, визначають смисл свого життя у його процесі ($r = 0,39$; $p \leq 0,05$), демонструють загальну інтернальність локусу контролю ($r = 0,39$; $p \leq 0,05$), здатність брати відповідальність за свої невдачі ($r = 0,49$; $p \leq 0,01$), схильність до самокритики ($r = 0,44$; $p \leq 0,01$).

Констатовано, що розлучення впливає на життєві плани та перспективи особистості (див. табл. 2.12).

Таблиця 2.12

**Специфіка вибірки згідно з орієнтацією на сфери самореалізації
особистості після розлучення (у %)**

Сфера самореалізації		Жінки (n=107)	Чоловіки (n=33)
Професійна сфера	Навчання	70,1	66,7
	Праця	77,6	78,8
Сімейна сфера	Шлюб	73,8	69,7
	Батьківство	32,7	42,4
Інше	Соціальна активність	55,2	24,3
	Громадянська активність	20,6	33,3
	Хобі	32,7	39,4
	Спорт	43,9	42,4
	Мандрівки	72,9	63,7

Більшість розлучених жінок та чоловіків (70,1 % та 69,7 % відповідно) планує взяти другий шлюб протягом наступних трьох років, а більше третини опитаних (32,7 % та 42,4 % відповідно) – народити дитину. Значущих відмінностей серед представників різної статі щодо орієнтації на шлюб чи на народження дитини не виявлено, що підтверджує високу цінність шлюбу та шлюбних стосунків для жінок і чоловіків всупереч стереотипу про те, що чоловіки меншою мірою, ніж жінки, бажають мати сім'ю.

Констатовано відсутність значущих відмінностей між представниками різної статі щодо змін у професійній сфері, а також у сфері освіти. Тож, можемо сказати, що сучасні українські жінки та чоловіки мають рівні потреби реалізації у професійній та освітній сферах. Так, дві третини опитаних (70,1 % жінок та

66,7 % чоловіків після розлучення) планують підвищувати свій освітній рівень. Серед них протягом наступних трьох років почати навчання планує 4,2 % респондентів, закінчити навчання та отримати диплом – 16,4 %, отримати другу освіту – 20,7 %, відвідати навчальні курси чи курси підвищення кваліфікації – 46,4 %.

Більшість розлучених жінок (77,6 %) та чоловіків (78,8 %) прагнуть до перетворень у професійній сфері в найближчі роки. Змінити місце роботи планують 12,1 % досліджуваних, змінити професію – 5 %, започаткувати власну справу – 0,7 %, а 34,2 % жінок та чоловіків вважають, що в найближчі роки будуть в змозі отримати підвищення (кар'єрне зростання).

Виявлено, що шлюбно-сімейний статус визначає напрямки самореалізації жіноцтва (див. табл. 2.13). Заміжні жінки дещо менше, аніж розлучені, спрямовані на навчання та працю (63,6%), що ми пояснюємо дією гендерних стереотипів.

Лише 8,1 % заміжніх жінок прагнуть змінити свій шлюбно-сімейний статус, тоді як серед розлучених цей показник складає 73,8 % досліджуваних.

Заміжні жінки меншою мірою, ніж розлучені, спрямовані на самореалізацію в інших сферах діяльності: менше п'ятої частини (18,2 %) заміжніх жінок орієнтовані на соціальну взаємодію, лише 6,1 % – орієнтовані на громадянську активність, 24,3 % – прагнуть займатись хобі, 30,3 % досліджених заміжніх жінок є спортивно активними чи такими, які прагнуть цієї активності, а 63,6 % орієнтовані на мандрівки та пізнання інших культур та традицій.

Таблиця 2.13

Аналіз орієнтації на сфері самореалізації жінок з різним шлюбно-сімейним статусом (у %)

Сфери самореалізації		Розлучені жінки (n=107)	Заміжні жінки (n=66)
Професійна сфера	Навчання	70,1	63,6
	Праця	77,6	63,6

Сімейна сфера	Зміна шлюбно-сімейного статусу	73,8	8,1
	Батьківство	32,7	96,6
Інше	Соціальна активність	55,2	18,2
	Громадянська активність	20,6	6,1
	Хобі	32,7	24,3
	Спорт	43,9	30,3
	Мандрівки	72,9	63,6

Аналізуючи отримані дані, доходимо висновку, що заміжжя скеровує напрямки самореалізації жінок до традиційного розуміння жіночої реалізації та успіху, коли центральною та визначальною для якості буття жінки визнається сфера сімейних стосунків. Разом з тим, вочевидь, зміна шлюбно-сімейного статусу надає рухомий поштовх для активізації самореалізації розлучених жінок, хоча більшість із них продовжують орієнтуватись переважно на традиційний сценарій становлення жінки.

Розглядаючи побудову часової перспективи як прояв самореалізації особистості, звернемося до результатів дослідження планів на майбутнє жінок із різним шлюбно-сімейним статусом. Як було зазначено в параграфі 2.4., більшість змін, із якими стикаються розлучені жінки та чоловіки, є «нормативними» для представників обох статей. Усвідомлення цих змін призводить до необхідності перебудови власного плану життя, постановки нових цілей та завдань. Водночас, зміна шлюбно-сімейного статусу сприяє перегляду розлученими власних поглядів на майбутнє. Загалом, можна говорити про досить позитивне сприйняття майбутнього у більшості досліджених нами розлучених жінок і чоловіків (див. табл. 2.14).

Таблиця 2.14

Уявлення про майбутнє у розлучених осіб (у %)

Зміни в найближчі роки	Жінки (n=107)	Чоловіки (n=33)
Погіршення емоційного стану	3,7	6,1
Покращення емоційного стану	55,2	42,4
Погіршення здоров'я	9,4	3
Покращення здоров'я	70,1	66,7

Зниження рівня доходів (заробітна платня)	6,6	0
Підвищення рівня доходів (заробітна платня)	43,9	36,4
Погіршення житлових умов	3,7	3,1
Покращення житлових умов	53,3	42,4

Половина розлучених жінок (55 %) та майже така кількість чоловіків (42,4 %) вважають, що в найближчому майбутньому відбудеться покращення їхнього емоційного стану, тоді як третина досліджуваних розлучених (70,1 % жінок та 66,7 % чоловіків) вважає, що покращиться їхнє здоров'я. Очевидно, на думку жінок та чоловіків, які пережили розлучення, припинення сімейних відносин (здебільшого неконструктивних) виступає у своєрідний спосіб чинником, який сприяє реабілітації організму та психіки.

У той самий час, певна кількість жінок та чоловіків, стикаючись із проблемами економічного та емоційного характеру, сприймають майбутнє негативно.

Аналіз отриманих результатів доводить наявні гендерні розбіжності уявлень розлучених про своє майбутнє. Так, розлучені чоловіки вдвічі частіше (6,1 %), ніж жінки (3,7 %), вказують на погіршення емоційного стану в найближчі роки, тоді як розлучені жінки втричі частіше (9,4 %) за чоловіків (3 %) вказують на очікуване погіршення здоров'я. Розлучені жінки зазначають можливість зниження власних доходів (6,6 %), тоді як у чоловіків ця тенденція не спостерігається взагалі. Наявна в Україні гендерна нерівність у сфері оплати праці відбивається в уявленнях розлучених жінок та, можливо, посилює негативні погляди на власне матеріальне становище в майбутньому.

Співставлення уявлень про майбутнє розлучених і заміжніх жінок виявило вплив шлюбно-сімейного статусу на специфіку очікуваних змін (див. табл. 2.15).

Таблиця 2.15

Уявлення про майбутнє у жінок з різним шлюбно-сімейним статусом (у %)

Зміни в найближчі роки	Розлучені жінки (n=107)	Заміжні жінки (n=66)
Погіршення емоційного стану	3,7	0

Покращення емоційного стану	55,2	24,3
Погіршення здоров'я	9,4	3
Покращення здоров'я	70,1	39,4
Зниження рівня доходів (заробітна платня)	6,6	0
Підвищення рівня доходів (заробітна платня)	43,9	33,3
Погіршення житлових умов	3,7	0
Покращення житлових умов	53,3	63,7

Встановлено, що розлучені жінки вдвічі частіше (55,2 %) за заміжніх жінок (24,3 %) очікують покращення емоційного стану в майбутньому. Схожа картина спостерігається і в очікуваннях щодо власного здоров'я (70,1 % та 39,4 % відповідно). Така тенденція узгоджується з уявленнями про те, що розлучені жінки переживають значні емоційні втрати у зв'язку з ситуацією розлучення, які безпосередньо відбиваються на соматичному стані та призводять до погіршення самопочуття, тоді як зміна шлюбно-сімейного статусу та звільнення від неблагополучних шлюбних стосунків супроводжується позитивними очікуваннями щодо власного майбутнього.

Визначено, що заміжні жінки взагалі не очікують погіршення емоційного стану та житлових умов у майбутньому, утричі рідше (3 %) за розлучених жінок (9,4 %) передбачають погіршення здоров'я. На нашу думку, шлюбно-сімейний статус надає жінкам відчуття певної стабільності, захищеності від негативних змін у житті, що стосується не лише матеріального, а й психоемоційного стану заміжніх жінок.

Далі розглянемо залежність самосприйняття розлучених жінок та чоловіків від орієнтації на різні сфери самореалізації особистості. Статистично значущі показники дослідження наведені в додатках Д та Е.

Жінки, орієнтовані після розлучення на самореалізацію у сфері освіти, на відміну від жінок, у яких відсутні прагнення щодо цієї сфери, більш якісно реалізують ролі, пов'язані з навчанням ($U = 707; p \leq 0,001$) та отриманням інформації ($U = 812; p \leq 0,01$), власною сексуальною активністю ($U = 856; p \leq 0,05$). Вони більшою мірою відчувають свою належність до

професійного товариства ($U = 874; p \leq 0,05$), ведуть активний спосіб життя ($U = 785; p \leq 0,01$), більше цінують упевненість у собі, свободу від внутрішніх протиріч та сумнівів ($U = 758; p \leq 0,01$), високо цінують освіченість ($U = 910; p \leq 0,05$) та чесність ($U = 876; p \leq 0,05$), відрізняються більшою гнучкістю у взаємодії з оточенням, здатні швидко та адекватно реагувати на зміни ситуації ($U = 830; p \leq 0,05$), характеризуються творчою спрямованістю особистості ($U = 850; p \leq 0,05$), не схильні уникати особистої відповідальності в міжособистісних стосунках ($U = 830; p \leq 0,05$) та є більш маскулініними ($U = 814; p \leq 0,01$).

Прагнення підвищити свій рівень освіченості, очевидно, характерне для жінок із високим рівнем особистісної активності та потягом до самоактуалізації та самореалізації, зокрема у професійній сфері. Належність до своєї професійної групи посилює дію механізмів соціального порівняння, провокуючи жінку здійснювати більш активні кроки в напрямку розширення рівня знань про навколишній світ взагалі й підвищення своєї кваліфікації зокрема, а також посилює усвідомлення власної здатності керувати своїм життям ($U = 868; p \leq 0,05$).

Прагнення жінок до швидкого вступу в новий шлюб призводить до дискретного сприйняття власного життєвого шляху, зниження цінності реального буття «тут-і-зараз» ($U = 811; p \leq 0,05$). Цінність теперішнього знижується на фоні підвищення цінності минулого – стосунків, що не склалися, та майбутнього – стосунків, які ще не існують у реальному плані буття. Для них характерна орієнтація на зовнішні правила та норми ($U = 781; p \leq 0,05$), підвищена цінність щасливого сімейного життя ($U = 815; p \leq 0,05$) при зниженні цінностей естетичних переживань ($U = 805; p \leq 0,05$) та власного здоров'я ($U = 741; p \leq 0,01$).

Жінки, орієнтовані на самореалізацію у батьківстві, мало цінують можливість працювати на цікавій роботі ($U = 895; p \leq 0,05$), дисциплінованість ($U = 920,5; p \leq 0,05$) та щирість ($U = 850; p \leq 0,01$), а більше орієнтовані на раціоналізм ($U = 959; p \leq 0,05$) і духовну та фізичну близькість із коханою

людиною ($U = 994; p \leq 0,05$). Певне протиріччя мотиваційно-ціннісної сфери може проте відігравати значущу роль. Можливо, одночасне зниження цінності відвертості, правдивості для таких жінок виступає і як одна з умов досягнення мети (пристосування до потреб та вимог партнера на початку побудови стосунків та потреб і вимог дитини надалі), тобто ознака раціональності, і як показник повернення до традиційного жіночого сценарію розвитку.

Жінки, орієнтовані на самореалізацію у батьківстві, є більш гнучкими, ніж жінки, які не зацікавлені в реалізації у цій сфері взагалі ($U = 942,5; p \leq 0,05$). Вони прагнуть отримати знання про навколишній світ ($U = 879; p \leq 0,05$), здатні брати відповідальність за свої невдачі ($U = 953; p \leq 0,05$). Разом з тим, жінки, які не орієнтовані на батьківство зазначають більш позитивні зміни у стосунках з власними родичами. Вважаємо, що прагнення до реалізації батьківської ролі та нових взаємин з чоловіками може бути проявом компенсаторної реакції на недостатньо близькі після розлучення стосунки з батьківською сім'єю.

Жінки, орієнтовані на самореалізацію в професійній сфері, після розлучення демонструють позитивну динаміку самореалізації у різноманітних соціальних ролях. Самореалізація у професійній сфері вимагає від розлучених жінок посилення активності у всіх сферах буття, спрямованих на саморозвиток, сприяє підвищенню цінності активного діяльного життя ($U = 716,5; p \leq 0,05$) та пізнання ($U = 700,5; p \leq 0,05$). Жінки, орієнтовані на самореалізацію у професійній сфері, водночас є більш конфліктними, схильними до формування надцінних ідей ($U = 647,5; p \leq 0,01$) та надмірного оптимізму ($U = 716,5; p \leq 0,05$). Самореалізованість у професійній сфері посилює здатність спонтанно та безпосередньо виявляти емоції ($U = 700,5; p \leq 0,05$), орієнтацію на творчість ($U = 712,5; p \leq 0,05$), зменшує цінність матеріального благополуччя ($U = 693; p \leq 0,05$) для розлучених жінок. Зосередженість на самореалізації у професійній сфері розлучених жінок призводить до активізації у них процесів самоосвіти, посилює відчуття змістовності життя навіть на фоні невдач в особистісній сфері, хоча й супроводжується деякими негативними тенденціями, зокрема певною емоційною нестабільністю.

Загалом, більшість досліджуваних жінок не обмежується лише однією сферою самореалізації, обираючи найбільш прийнятну для себе комбінацію (див. табл. 2.16).

Таблиця 2.16

**Спрямованість самореалізації жінок із різним шлюбно-сімейним статусом
(у %)**

Сфери самореалізації	Розлучені жінки (n=107)	Заміжні жінки (n=66)
Сімейна сфера	7,5	6,1
Професійна сфера	13,1	36,4
Одночасна самореалізація у сімейній та професійній сферах	71	36,4
Відмова від самореалізації	8,4	21,1

Так, 71 % розлучених жінок планують самореалізуватися і професійно (навчання, кар'єрне зростання тощо), і в сімейній сфері (одруження та народження дітей); 13,1 % жінок зосереджуються лише на професійній сфері, 7,5 % – лише на сімейній, а 8,4 % розлучених жінок відмовляється від самореалізації у будь-якій із цих сфер.

Серед заміжних жінок спостерігається така тенденція щодо орієнтації на сфери самореалізації: 36,4 % прагнуть одночасно реалізуватися у сімейній та професійній сферах, стільки ж – у професійній, що можна пояснити тим, що, перебуваючи безпосередньо у шлюбних стосунках, заміжні жінки відчують вищий ступінь самореалізації у сімейній сфері, що призводить до відчуття досягнення ідеалу. Відчуття самореалізованості в сімейній сфері призводить до переорієнтації на сфери з нижчою якістю самореалізації.

Приблизно однакова кількість жінок із різним шлюбно-сімейним статусом прагнуть самореалізації лише в сімейній сфері. Водночас, кількість заміжних жінок, які відмовляються від самореалізації у сімейній і професійній сферах, перевищує кількість розлучених жінок у три рази (21,1 % та 8,4 % відповідно). Вважаємо, що заміжні жінки демонструють таку тенденцію у зв'язку з дією традиційних гендерних настанов.

Досягнення мети, зокрема заміжжя, може призводити до зниження особистісної активності в напрямку самореалізації та саморозвитку, стану стагнації, оскільки провокує виникнення відчуття виконаного обов'язку, завдань, які ставить перед жінкою суспільство. Разом з тим, за результатами нашого дослідження, кількість розлучених жінок, які прагнуть до самореалізації і в сімейній, і в професійній сферах, вдвічі перевищує кількість заміжніх жінок, які виявляють такі прагнення.

Порівнюючи контрастні групи: жінок, орієнтованих на самореалізацію у професійній сфері, та жінок, орієнтованих на самореалізацію у сімейній сфері, ми отримали такі результати: жінки, орієнтовані на самореалізацію у професійній сфері, відчують себе більш реалізованими ($U = 26,5; p \leq 0,05$), творчими ($U = 18,5; p \leq 0,05$) та більше цінують освіченість ($U = 17,5; p \leq 0,01$) порівняно з жінками, орієнтованими на самореалізацію у сфері сім'ї. Відповідно, сфокусованість жіноцтва на обмеженні самореалізації сферою сімейних стосунків пригнічує когнітивні потреби, прагнення самовдосконалення. Розвиток згідно з традиційним сценарієм самореалізації жінки не залишає їй можливості для творчості, оскільки всі його етапи чітко визначені суспільством та стереотипами, які в ньому існують.

Висновки до розділу 2

Встановлено, що хоча жінки й чоловіки по-різному сприймають шлюбно-сімейні статуси, ситуацію розлучення вони визначають як ситуацію його зниження, що призводить до втрати відчуття вищості. Існують гендерні розбіжності у сприйнятті сімейних статусів жінки, які виявляються у його більшій цінності саме для жінок.

З'ясовано, що в уявленні заміжніх жінок жінка після розлучення певною мірою втрачає власну жіночність, набуваючи маскулітних ознак, тоді як в

уявленні одружених чоловіків чоловік після розлучення втрачає і маскуліні, і фемініні ознаки. Уявлення про ці зміни погоджуються з реальними змінами в самосприйнятті розлучених особистостей, хоча й підпорядковуючись часовій перспективі. Найбільшого удару самосприйняття жінок зазнає в момент розлучення, після чого починається складний процес вирівнювання та підвищення самооцінки.

Більшість змін, з якими стикається людина після розлучення, є «нормативними» для обох статей. Разом з тим, виявлено деякі гендерні відмінності у влаштуванні життя після розлучення: так, для чоловіків більшою мірою характерне дистанціювання у стосунках із дітьми, тоді як жінки частіше зазнають втрат у дружніх взаємовідносинах. На переживання ситуації розлучення чоловіками й жінками найбільш впливає чинник показників суб'єктивного благополуччя, до якого належать показники матеріального добробуту й характеристика емоційного стану.

Констатовано, що втрата статусу заміжньої жінки негативно позначається на сприйнятті себе та якості життя. Встановлено залежність жіночого самосприйняття від ступеня адаптованості до реалій буття. Виявлено шість типів самосприйняття жінок і чоловіків після розлучення. Встановлено, що розлучені жінки більшою мірою схильні до негативного самосприйняття.

Визначено вплив соціально-психологічних чинників на самосприйняття та самореалізацію розлучених жінок, зокрема тривалість шлюбу, особистісна ініціатива розірвання шлюбу, оцінка шлюбу з позиції задоволення базових та соціогенних потреб, підтримка найближчого соціального оточення, стереотипізованість сприйняття гендерних ролей.

Хоча підтримка найближчого соціального оточення сприяє стабілізації емоційного стану розлучених жінок та покращенню їхнього самопочуття, вона також виступає у ролі чинника, що може обмежувати самореалізацію.

Констатовано, що жінки після розлучення більшою мірою, ніж заміжні, схильні до стереотипізованого сприйняття гендерних ролей. Невдача у виконанні такого «нормативного» жіночого завдання, як побудова сім'ї,

призводить до відчуття невідповідності ідеалу «жіночності». Нестійке самоприйняття створює підґрунтя для підсилення самореалізації жінок у «традиційному» для них напрямку, обмежуючи професійну й особистісну взаємодію.

Встановлено, що відчуття самореалізованості жінки у шлюбі залежить від її відповідності гендерним стереотипам щодо сфер самореалізації жіноцтва, тоді як ступінь реалізованості жінок після розлучення узгоджується з відмовою жіноцтва від деяких стереотипів.

Виявлено, що самопочуття розлучених жінок залежить від кількості активно реалізованих соціальних ролей. Жінки, які в змозі реалізовувати значну кількість соціальних ролей, доводять таким чином власну самоцінність та демонструють бажання розвивати та пізнавати власне «Я».

Констатовано, що розлучені жінки й чоловіки мають рівні потреби самореалізації у професійній, освітній та сімейній сферах. Більшість розлучених жінок не обмежується лише однією сферою самореалізації, обираючи найбільш прийнятну для себе комбінацію.

ВИСНОВКИ

В ході написання роботи були зроблені наступні висновки:

1. Самосприйняття особистості будується на основі взаємодії з іншими людьми на основі складних процесів соціального сприйняття, самокатегоризації та ідентифікації і є більш хитким у критичні періоди життя. Сприйняття індивідом самого себе, зокрема в періоди кризи, різною мірою характеризується стійкістю самовпевненості та особливостями прийняття соціального простору для життєтворення. Зміни самосприйняття в кризовій ситуації (на прикладі

ситуації розлучення) відбуваються під впливом ряду соціально-психологічних факторів: статі, індивідуальної ініціативи щодо розірвання шлюбу, підтримки з боку найближчого соціального оточення та значущих оточуючих, оцінка шлюбу з позицій задоволення базових соціогенних потреб, ступеню освіти та професійності, гендерної стереотипності соціального середовища

2. Встановлено, що розлучення як жінки, так і чоловіки переживають переважно негативно, оскільки супроводжується руйнуванням родинних зв'язків, стосунків з дітьми, друзями та колегами, погіршенням рівня життя, збільшенням кількості обов'язків, тощо, спричиняє соціально-психологічний тиск, що може проявлятися в затяжних депресивних станах, поглибленні негативного ставлення до себе, оточуючих і майбутнього.

Визначено, що розпад шлюбу призводить до зниження соціального статусу особистості. Існують гендерні відмінності у сприйнятті жіночого сімейного стану, що проявляється у більшій цінності для жінки шлюбно-сімейного статусу. Встановлено, що в уявленні заміжніх жінок жінка після розлучення певною мірою втрачає власну жіночність, набуваючи чоловічих рис. Найбільші зміни у самосприйнятті жінки зазнають під час розлучення, після чого починається складний процес вирівнювання та підвищення самооцінки. Встановлено, що більшість змін, з якими стикається людина після розлучення, є традиційними для обох статей. Фіксується залежність жіночого самосприйняття від ступеня пристосованості до реалій життя. Зміна сімейного та сімейного стану після розлучення негативно впливає на самоусвідомлення жінки, оскільки вступає в суперечність з традиційними уявленнями про успіх і щастя «слабкої» статі, пов'язаними з функціонуванням традиційних гендерних установок у сучасному світі. українське суспільство.

3. Встановлено, що на самосприйняття жінки після розлучення впливають такі соціально-психологічні фактори, як: особиста ініціатива щодо розлучення, якість взаємодії з найближчим соціальним оточенням, оцінка шлюбу, стереотипне сприйняття гендерних ролей. та ін. Виявлено, що підтримка найближчого соціального оточення, сприяючи стабілізації емоційного стану

розлучених жінок та покращенню їхнього самопочуття, водночас виступає чинником, який може обмежувати самореалізацію жінки.

Зазначено, що розлучені жінки виявляють рівні самореалізації у професійній, освітній та сімейній сферах. Доведено, що почуття самореалізації жінки в шлюбі залежить від відповідності нею гендерним стереотипам у сфері самореалізації жінки, а ступінь самореалізації жінки після розлучення залежить від неприйняття жінками деяких стереотипів. Від кількості активно реалізованих соціальних ролей залежить також благополуччя розлучених жінок.

Жінки, які можуть виконувати велику кількість соціальних ролей, таким чином доводять власну самооцінку і демонструють бажання розвиватися і пізнавати власне «Я».

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Ананьев Б. Г. О проблемах современного человекознания. СПб.: Питер, 2001. 272 с.
2. Балл Г. О. Взаємодія гуманітарної та природничо-наукової традиції в опрацюванні категорії особистості у психології. *Психологія і особистість*. 2013. № 1. С. 6–20.
3. Божович Л. И. Проблемы формирования личности. М.: Изд-во «Ин-т практической психологии»; Воронеж: Модэк, 1997. 352 с.
4. Боришевський М. Дорога до себе: Від основ суб'єктності до вершин духовності: монографія. К.: Академвидав, 2010. 416 с.

5. Василик А. В., Бойчук Н. С., Омельченко К. С. Гендерні аспекти професійної самореалізації в Україні. *Бізнес Інформ*. 2020. №5. С. 268–274.
6. Вівчарик Т. П. Психологічні механізми самореалізації жінки (на прикладі жіночої молоді, включеної у творчу професійну діяльність): автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології». К., 2000. 20 с.
7. Вілкова О. Ю. Конструктивні та деструктивні функції гендерних стереотипів: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. соціол. наук: спец. 22.00.04 «Спеціальні та галузеві соціології». К., 2005. 20 с.
8. Войтенко А. В., Юшко А. М. Гендерна нерівність на українському ринку праці: перевага чи недолік? *Сучасні проблеми розвитку права та економіки в інноваційному суспільстві: зб. наук. пр. за матеріалами II Інтернет-конференції (м. Харків, 29 листопада 2019 р.)* / Харків: НДІ ПЗІР НАПрН України, 2019. С. 153–159. URL: http://ndipzir.org.ua/wp-content/uploads/2019/29.11.19/_29_11_2019_23.pdf (дата звернення: 28.04.2022).
9. Говорун Т. В., Кікінежді О. М. Гендерна психологія: Навчальний посібник. К.: Видавничий центр «Академія», 2004. 308 с.
10. Головаха Е. И. Жизненная перспектива и ценностные ориентации. Психология личности в трудах отечественных психологов. Хрестоматия. [2-е изд.]. СПб.: Питер, 2009. С. 262–276.
11. Давидюк О. О. Роль освіти у формуванні соціального статусу жінок: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. соціол. наук: спец. 22.00.04 «Спеціальні та галузеві соціології». К., 2004. 20 с.
12. Дубиніна М. І. Гендерні особливості професійної самореалізації жінок. *Теорія і практика сучасної психології*. № 3. 2018. С. 24–27. URL: http://www.tpsjournal.kpu.zp.ua/archive/3_2018/6.pdf
13. Дудченко О., Ясная Л., Дейнз Ш. Работа женщины и семья. *Семья на пороге третьего тысячелетия*. М.: Наука, 1995. С. 129–145.
14. Каган В. Е. Когнитивные и эмоциональные аспекты гендерных установок у детей 3–7 лет. *Вопросы психологии*. 2000. № 2. С. 65–69.

15. Калабихина И. Социальный пол и проблемы населения. М.: Менеджер, 1995. 150 с.
16. Колядин А. П. Подходы к изучению «Я-концепции» в психологической науке. *Гуманитарные науки*. 2005. № 1. С. 56–64.
17. Коростылева Л. А. Психология самореализации личности: затруднения в профессиональной сфере. СПб.: Речь, 2005. 222 с.
18. Кочарян А. С. Личность и половая роль: Симптомокомплекс маскулинности/феминности в норме и патологии; [отв. ред. чл.-кор. АПН Украины Л. Ф. Бурлачук]. Х.: Основа, 1996. 139 с.
19. Леонтьев Д. А. Я – последняя инстанция в личности. *Психология личности в трудах отечественных психологов*. СПб.: Питер, 2009. С. 386–389.
20. Леонтьев Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой деятельности. [2-е изд.]. М.: Смысл, 2003. 487 с.
21. Леонтьев Д. А. Развитие идеи самоактуализации в работах А. Маслоу. *Вопросы психологии*. 1987. № 3. С. 150–158.
22. Майерс Д. Социальная психология. 7-е изд. СПб.: Питер, 2004. 794 с.
23. Максименко С. Д. Генезис существования личности. К.: Изд-во ООО КММ, 2006. 240 с.
24. Маслоу А. Мотивация и личность; пер. с англ. А. М. Татлыбаевой. СПб.: Евразия, 1999. 478 с.
25. Маслоу А. Самоактуализация. *Психология личности*. Тексты. М.: Изд-во МГУ, 1982. С. 108–117.
26. Моляко В. О. Психологія творчості нова парадигма дослідження конструктивної діяльності людини. *Практична психологія та соціальна робота*. 2004. № 8. С. 1–4.
27. Мудрик А. В. Социализация человека / А. В. Мудрик. [2-е изд., испр. и доп.]. М.: Издательский центр «Академия», 2006. 304 с.
28. Мясищев В. Н. Психология отношений: Избр. психол. тр.; [под ред. А. А. Бодалева]. М.: Ин-т практической психологии; Воронеж: Модэк, 1995. 356 с.

29. Налчаджян А. А. Психологическая адаптация: механизмы и стратегии. 2-е изд., перераб. и доп.. М.: Эксмо, 2010. 368 с.
30. Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования. СПб.: Питер, 2001. 464 с.
31. Олпорт Г. Становление личности: Избр. Тр.; [пер. с англ. Л. В. Трубицыной и Д. А. Леонтьева]. М.: Смысл, 2002. 462 с.
32. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. М.: Просвещение, 1994. 480 с.
33. Смелзер Н. Социология. М.: Феникс, 1994. 688 с.
34. Степанова Е. Р. Особливості побудови жіночої та чоловічої кар'єри: мотиви, перешкоди, перспективи кар'єрного просування. *Демографія, економіка праці, соціальна економіка і політика*. 2017. Вип. 3. С. 128–131. URL: http://market-infr.od.ua/journals/2017/3_2017_ukr/29.pdf (дата звернення: 28.04.2022).
35. Стрельник О. О. Гендерна нерівність та соціальний статус жінки у сучасному українському суспільстві: автореф. на здобуття наук ступеня канд. соціол. наук: спец. 22.00.01 «Теорія та історія соціології». Х., 2003. 23 с.
36. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. К.: Либідь, 2003. 376 с.
37. Фромм Э. Бегство от свободы. Мн.: Харвест, 2004. 383 с.
38. Шестопал, І. (2016). Гендерні особливості професійної самореалізації особистості. *Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології»*, (34). URL: <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2016-34.%p> (дата звернення: 28.04.2022).
39. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис; [общ. ред. В. Толстых]. М.: Прогресс, 1997. 340 с.
40. Эрхардт У. Хорошие девочки отправляются на небеса, а плохие куда захотят, или почему послушание не приносит счастья. М.: Класс, 2003. 176 с.

41. Cross S. E. Models of the self: self-construals and gender. *Psychological bulletin*. 2017. V. 122. № 1. P. 5–37.
42. Feingold A. Gender differences in personality: a meta-analysis. *Psychological bulletin*. 2014. V. 116. № 3. P. 429–456.

ДОДАТКИ