

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ АСПЕКТОВ САМОРЕАЛИЗАЦИИ СОВРЕМЕННОЙ ЖЕНЩИНЫ В СЕМЬЕ

© 2013 Е.А.Сорокоумова, М.О.Вахрушина

Московский государственный гуманитарный университет им. М.А.Шолохова

Статья поступила в редакцию 14.05.2013

В статье приводятся результаты экспериментального исследования психологических аспектов самореализации женщин в семье.

Ключевые слова: самореализация, самоактуализация, понимание, самопознание, личность, семья, личностные смыслы.

В настоящий момент современной социально-экономической ситуации развития вопрос о возможности самореализации современной женщины в семье вызывает огромный интерес в обществе. Тем не менее, отсутствие целостного подхода к психологическому анализу данной проблемы, связанному с различиями в интерпретации основных терминов и отсутствием четких определений и критериев, дает право сделать вывод, что процесс самореализации современной женщины нуждается в дальнейшем изучении.

В этой связи, в ходе экспериментальных исследований, самореализация рассматривалась нами как основа для порождения новых личностных смыслов, изучались ее психологические аспекты (ценностно-смысловой, определяющий смысло-жизненные ориентации, мотивационный, позволяющий достигать поставленных целей, рефлексивный, способствующий нахождению, порождению и интерпретации новых личностных смыслов), а также внешние факторы (семейный статус, наличие детей, профессиональный статус), способствующие успешной самореализации современных женщин в семье. Самореализация современной женщины является залогом успешной деятельности в различных сферах жизни, и поэтому значимым является определение взаимосвязи между семейным и/или профессиональным статусом современной женщины, наличием детей и уровнем самореализации.

Таким образом, актуальность нашего исследования обусловлена несколькими составляющими: с одной стороны социокультурными условиями, изменяющими ценностно-смысловую и

мотивационную основу всего общества и каждой личности, а с другой стороны недостаточной изученностью самореализации как психологического процесса и результата современной женщины в семье.

Для успешной самореализации современной женщины в семье недостаточно изучение только мотивационной и ценностно-смысловой составляющих, необходимо понимание женщинами образа своей семьи, а так же себя и своей профессиональной позиции. Современная жизнь ставит перед личностью непростую проблему понимания и формирования образа мира и образа себя в этом мире¹.

Понимание – это «гуманитарный способ познания жизни», который предполагает открытость мира по всем параметрам сущего и должного². Такое познание невозможно без глубокого понимания себя и собственного личностного бытия.

В процессе теоретического и экспериментального исследования нами было конкретизировано научное представление о роли и значении понимания, которое рассматривается не только как продукт познавательной деятельности, но и как продукт познания человеком самого себя, через взаимодействия, порождающие взаимоотношения и общение. «Понимание – это процесс и результат нахождения, порождения и интерпретации личностных смыслов субъектами общения и взаимоотношений, на основе решения продуктивных творческих задач и жизненных ситуаций»³. При таком подходе к рассмотрению изучаемой проблемы понимание рассматривается как фактор, обеспечивающий ре-

^о Сорокоумова Елена Александровна, доктор психологических наук, профессор кафедры социальной и педагогической психологии факультета психологии.

E-mail: CEA51@mail.ru

Вахрушина Марина Олеговна, аспирант кафедры социальной и педагогической психологии.

E-mail: mata20081@rambler.ru

¹ Сорокоумова Е.А. Вахрушина М.О. Сравнительный анализ самоактуализации женщин в семье // Ж. «Инициативы XXI века». – 2012. – № 1. – С. 126 – 132.

² Бахтин М.М. Эстетика словесного творчества. – М.: 1979.

³ Сорокоумова Е.А. Вахрушина М.О. Сравнительный анализ самоактуализации женщин в семье // Журнал «Инициативы XXI века». – 2012. – № 1. – С. 49.

гулятивную функцию в развитии самопознания личности⁴.

В зарубежной психологии вклад в разработку концепций личности, оказавших влияние на исследование проблем женщин, внесен А.Адлером, А.Маслоу, Г.Олпортом, К.Роджерсом, З.Фрейдом, Э.Фроммом, В.Штерном, Э.Эриксоном, К. Юнгом и др.

Отечественные концепции развития личности представлены в исследованиях К.А.Абульхановой-Славской, Б.Г.Ананьева, Л.И.Анцыферовой, А.Г.Асмолова, И.Б.Котовой, А.С.Мерлина, А.В.Петровского, В.А.Петровского, С.Л.Рубинштейна и др.

Исследованию понимания посвятили свои работы выдающиеся ученые и ведущие специалисты в этой области: П.П.Блонский, Н.И.Жинкин, П.И.Зинченко, В.П.Зинченко, В.В.Знаков, Г.С.Костюк, Н.Т.Морозова, С.Л.Рубинштейн, А.А.Смирнов, А.Н.Соколов, Е.А.Сорокоумова и др.

Общим моментом для этих подходов является представление о понимании как процессе активного отражения окружающей действительности, составляющим важный компонент познания.

Разработка проблемы самореализации началась в 50-е годы XX века в зарубежной гуманистической психологии, не смотря на то, что идея самоактуализации сформировалась ранее до оформления гуманистической психологии (А.Адлер, К-Г.Юнг, К.Хорни, Г.Олпорт, Э.Фромм и другие).

Концептуальное оформление идея самоактуализации впервые получила в работах нейрофизиолога К.Гольдштейна, который являлся теоретиком органического направления. Он, первым дал понятие самоактуализации, утверждая, что она является основным и, по сути, единственным мотивом организма. Потребность в самоактуализации провозглашает основной, ведущей, поскольку удовлетворение любой другой потребности рассматривается им как необходимая предпосылка для самоактуализации и самореализации всего организма. Исходя из того, что организм управляется тенденцией актуализировать в наиболее возможной степени свои индивидуальные способности, свою природу в мире, самоактуализация – это основа развития и совершенствования организма, творческая тенденция человеческой природы. Различия в направлениях и целях самореализации связаны с различными внутренними потенциалами и окружением людей. Преодоление этих

препятствий ведет либо к приспособлению к среде, либо к приобретению более эффективных способов поведения.

К.Гольдштейн является идейным предшественником А.Маслоу, который впоследствии существенно развил определение самоактуализации, данное самим Гольдштейном.

Под самоактуализацией Маслоу понимал полное использование и реализацию своих способностей, таланта и потенциала личности, отмечал, что человек обладает врожденными потребностями, способностями. Некоторые из них являются сугубо индивидуальными. Здоровое, нормальное, а поэтому и желательное развитие Маслоу определяет как актуализацию этой природы, реализацию этих возможностей. Внутренняя природа, на его взгляд, «слаба, хрупка, тонка, легко одолевается привычкой, давлением культуры, неправильным к ней отношением. Но ... она вряд ли исчезает у здорового человека, а быть может, и у больного. Даже отвергаясь, она продолжает подпольное существование, вечно и постоянно стремясь к самоактуализации»⁵.

Аналогичной точки зрения придерживался К.Роджерс, утверждающий, что частью базисного стремления к актуализации является стремление к актуализации своего Я. В результате личность становится тем, кем она может и должна стать в этом мире.

Самореализация – это в первую очередь осуществление человеком выбора из предлагаемых жизненных вариантов. Но такой выбор должен быть осуществлен в пользу роста человека, его саморазвития. В этом смысле самореализация представляет собой необходимое условие и движущую силу, способную направлять и изменять жизнедеятельность человека с целью его успешного самоосуществления в обществе. В ходе самореализации личность строит свой проект, определяет цели и задачи, стремится к поиску путей самоосуществления. В этом смысле «человек есть не что иное, как его проект самого себя...Человек существует лишь настолько, насколько себя осуществляет...»⁶. Самореализацию личности человека следует рассматривать как процесс, охватывающий весь его жизненный путь, поскольку «личность незаконченна, она должна себя реализовывать, эта великая задача, поставленная человеку... Личность творит себя на протяжении всей своей человеческой жизни»⁷. Другими словами, толь-

⁴ Сорокоумова, Е.А., Вахрушина М.О. Понимание, самопознание и самореализация современной женщины в семье // Журнал «Инициативы XXI века». – 2012. – №3. – С.94 – 96.

⁵ Маслоу А. Самоактуализация // Психология личности. Тексты / Под ред. Ю.Б.Гиппенрейтер, А.А.Пузыря. – М.: 1982.

⁶ Сартр Ж.-П. Экзистенциализм – это гуманизм // Сумерки богов. – М.: 1989. – С. 333.

⁷ Бердяев Н.А. Самопознание. – М.: 1991. – С. 29.

ко в личностном росте возможна самореализация личности, которая не должна довольствоваться лишь временным успехом, поскольку часто, добившись определённого результата, люди перестают работать над собой, в результате теряют даже то, что было ранее ими достигнуто.

В отечественной психологии теоретико-методологическую базу для разработки проблем самореализации личности создали Л.С.Выготский, Л.С.Рубинштейн, А.Н.Леонтьев, Б.Г.Ананьев. Значимыми для современного анализа самореализации личности являются идеи В.А.Петровского, К.А.Абульхановой-Славской, Г.А.Асмолова, Д.А.Леонтьева и многих других о сущности личности, субъектном уровне её развития, смысловом содержании жизни. У современных авторов самореализация личности рассматривается как интегральный показатель, с помощью которого можно всесторонне охарактеризовать жизнедеятельность личности. Самореализация личности — это осуществление возможностей развития «Я» посредством собственных усилий, содейственности, сотворчества с другими людьми, социумом и миром в целом. Самореализация предполагает сбалансированное и гармоничное развитие личных аспектов личности путём приложения адекватных усилий, направленных на раскрытие генетических, индивидуальных и личностных потенциалов. Самореализация достигается только тогда, когда у человека имеется сильный побудительный мотив для личностного роста⁸. Процесс самореализации может воплотиться только тогда, когда личность поэтапно, преодолевая возникающие препятствия, встречающиеся на её пути, способна воплотить в жизнь намеченные для себя цели. В этой связи надо отметить, что в основе духовного развития личности лежит её целенаправленная работа по самосовершенствованию умения стать полноценным хозяином своей судьбы.

Для изучения особенностей самореализации личности женщины в семье был подобран комплекс психодиагностических методик: социальная анкета для получения общих данных, тест самоактуализации личности (САТ) М.Кроз, Л.Гозмана, тест смысловых ориентаций (СЖО) Д.А.Леонтьева, методика измерения мотивационной сферы личности В.Э.Мильмана, авторская проективная методика «Понимание семейных ситуаций современными женщинами».

В экспериментальном исследовании приняли участие 243 женщины, жительницы г. Москвы. Возрастной диапазон женщин — от 18 до 63 лет, состоящих в браке и не замужем, имеющих детей и без детей, работающих и домохозяек.

Задачами эмпирического исследования психологических аспектов самореализации современной женщины в семье были следующие: 1) Провести теоретический анализ научных подходов к исследованию проблемы самореализации личности в зарубежной и отечественной психологии с целью конкретизации понятия самореализации современных женщин в семье. 2) Выявить психологические аспекты и внешние факторы самореализации современных женщин в семье. 3) На основе оценки выраженности психологических аспектов описать условия успешной самореализации женщин в семье. 4) Выявить уровни самореализации женщины в семье с различным семейным и профессиональным статусом. 5) Установить наличие взаимосвязи между семейным и / или профессиональным статусом современной женщины, наличием детей и уровнем самореализации.

Для решения поставленных задач нами использовались математико-статистические методы. Для статистической обработки данных использовалась программа STATISTICA 8.0. Статистические методы, которые применялись: 1) Факторный анализ (метод главных компонент с последующим вращением ВАРИМАКС). 2) Кластерный анализ по методу k-средних. 3) Однофакторный и многофакторный дисперсионный анализ с апостериорным критерием Дункана. 4) Критерий хи-квадрат Пирсона. 5) Критерий Стьюдента.

На основании факторного анализа по методу главных компонент с последующим вращением ВАРИМАКС, были выделены факторы понимания женщинами своей семьи (в ее идеальном и реальном воплощении). В результате было получено 3 фактора: 1) ценностно-осмысленный, отражающий характеристику сплоченности семьи; 2) конкретный (типичный); 3) кризисный, отражающий противоречивые отношения женщин к семье.

Далее, деление испытуемых на группы осуществлялось с помощью кластерного анализа, который позволил выделить три группы женщин с разным уровнем самореализации в семье: 1) женщины с высоким уровнем самореализации в семье (N=66); 2) женщины со средним уровнем самореализации в семье (N=132); 3) женщины с низким уровнем самореализации в семье (N=45).

На следующем этапе исследования был проведен сравнительный анализ выраженности показателей самоактуализации в различных группах женщин. Для этой цели нами была выбрана психодиагностическая методика «Самоактуализационный тест», оценивающая уровень самоактуализации личности и разработанная на основе опросника личностных ориентаций Э.Шо-

⁸ Коростылева Л.А. Психология самореализации личности: брачно-семейные отношения. — СПб.: 2000.

стром (Personal Orientation Inventory – POI), измеряющего самоактуализацию как многомерную величину.

Для выявления степени самоактуализированности использованы шкалы теста: компетентности во времени, поддержки, ценностной ориентации, гибкости поведения, сензитивности к себе, спонтанности, самоуважения, самопринятия, представлений о природе человека, синергии, принятия агрессии, контактности, познавательных потребностей и креативности, которые рассматриваются в качестве самоактуализационных характеристик, сравнение которых в нашем исследовании позволило сделать выводы о наблюдаемых отличиях у женщин разных групп, а именно группы замужних женщин, группы женщин, которые не замужем, групп не работающих женщин и работающих женщин, групп женщин, у которых есть дети, и у которых детей нет.

Сравнительный анализ выраженности показателей самоактуализации в различных группах женщин, которые не замужем и женщин, которые замужем показал, что у замужних женщин по всем выделенным самоактуализационным параметрам, кроме незначительной разницы в параметрах по шкале познавательные потребности, значения преобладают относительно группы женщин, которые не замужем. Это указывает на то, что у группы замужних женщин уровень самоактуализации в семье выше, чем у группы женщин, которые не замужем.

Сравнительный анализ выраженности показателей самоактуализации в группах работающих и не работающих женщин показал, что у группы не работающих женщин по сравнению с группой работающих женщин значимые различия были выявлены лишь по шкале синергии. Это указывает на способность не работающих женщин к более осмысленному связыванию противоречивых жизненных явлений, то есть способность находить закономерные связи во всех явлениях жизни, понимать, что такие противоположности, как работа и отдых, эгоизм и бескорыстие, телесное и духовное и др. не являются антагонистическими.

Для определения зависимости показателей САТ и наличия или отсутствия детей в разных группах женщин был применен однофакторный дисперсионный анализ. Результаты однофакторного дисперсионного анализа для определения зависимости показателей САТ и наличия или отсутствия детей в разных группах женщин показывают, что в группах женщин, имеющих детей значения практически по всем выделенным самоактуализационным параметрам преобладают относительно группы женщин, которые не имеют детей. Это говорит о том, что у жен-

щин с детьми уровень развития самоактуализационных параметров (ориентации во времени, поддержки, гибкости поведения, спонтанности, самопринятия, представлении о природе человека, контактности, креативности) выше, чем у группы женщин, которые не имеют детей.

Далее для изучения смысложизненных ориентаций личности, составляющих основу образа Я использовался тест смысложизненных ориентаций (СЖО) Д.А.Леонтьева.

Для выявления степени смысложизненных ориентаций нами были использованы шкалы теста: «Цели», «Процесс», «Результат», «Локус контроля – Я», «Локус контроля – Жизнь», отражающие три конкретных смысложизненных ориентации и два аспекта локуса контроля, а также включающий в себя общий показатель осмысленности жизни, которые рассматриваются в качестве показателей смысложизненных ориентаций, сравнение которых в нашем исследовании позволило сделать выводы о наблюдаемых отличиях у женщин разных групп, а именно группы замужних женщин, группы женщин, которые не замужем, групп не работающих и работающих женщин, групп женщин, у которых есть дети, и у которых детей нет.

Сравнительный анализ выраженности показателей смысложизненных ориентаций в различных группах женщин, которые не замужем и женщин, состоящих в браке, показал, что у замужних женщин по всем выделенным параметрам, а именно по шкалам цели в жизни и результативность жизни, или удовлетворенность самореализацией, значения выше, чем в группе женщин, которые не замужем. Это указывает на то, что замужние женщины имеют в своей жизни больше целей и более удовлетворены результатами прошлого по сравнению с группой женщин, которые не замужем.

Сравнительный анализ выраженности показателей смысложизненных ориентаций в группах работающих и не работающих женщин показал, что у группы не работающих женщин по сравнению с группой работающих женщин значительные отличия были выявлены лишь по шкале локус контроля – Я. Это означает, что работающие женщины воспринимают себя как сильную личность, обладающей достаточной свободой выбора, чтобы строить свою жизнь в соответствии со своими целями.

Результаты однофакторного дисперсионного анализа для определения зависимости показателей СЖО в группах женщин с различным количеством детей в семье показывают, что в группе женщин, имеющих одного ребенка значения практически по всем переменным выше, чем у других групп женщин. Это характеризует

данную группу женщин как целеустремленных, вполне удовлетворенных продуктивностью и осмысленностью прожитой частью своей жизни. Они обладают достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями и представлениями, о ее смысле по сравнению с группами женщин, у которых нет детей и с двумя и более детьми. У таких женщин больше выражена осмысленность жизни по сравнению с другими группами женщин. Однако в группе женщин с двумя и более детьми были выявлены более высокие показатели по шкале процесс жизни. Это означает, что они в большей степени, чем женщины из других групп удовлетворены своей жизнью в настоящем.

Далее, нами использовалась методика измерения мотивационной структуры личности В.Э.Мильмана, которая позволяет выявлять некоторые устойчивые тенденции личности: общую и творческую активность, стремление к общению, обеспечению комфорта и социального статуса и др. На основе всех ответов испытуемых можно составить суждение о рабочей (деловой) и общежитической направленности личности.

Сравнительный анализ выраженности показателей мотивационной сферы в различных группах женщин показал, что самыми реализованными в житейской и рабочей сферах оказались группа женщин, которые замужем, а также группы женщин, имеющие детей, которые считают свою деятельность в различных сферах вполне полезной и реализованной. Они уверены в том, что приносят общественную пользу и достигают творческих результатов. А именно мотивация принести общественную пользу является высшим стремлением в человеке, особенно, если при этом используются и достигаются творческие результаты. Самыми нереализованными в мотивации полезности и значимости своей деятельности оказались женщины, которые не замужем и женщины, не имеющие детей, т.к. они даже не стремятся к реализации данной потребности – она для них не представляет особого интереса и занимает одну из самых низких позиций в иерархии их потребностей.

Для определения зависимостей между четырьмя переменными (семейный статус, количество детей, занятость и уровень самореализации) применен лог-линейный анализ, который показал, что уровень самореализации женщины в семье зависит от семейного статуса и наличия детей у работающих и неработающих женщин.

Для группы замужних женщин наиболее предпочтительным оказался средний уровень самореализации в семье (типичный образ семьи). Тем не менее, замечено явное стремление замужних женщин к ценностно-осмысленному

образу семьи. Также, выявлено, что показатели самореализации выше у неработающих замужних женщин, по сравнению с работающими женщинами.

Результаты лог-линейного анализа показали, что замужние женщины больше самореализуются в семье, по сравнению с не замужними женщинами. В таб. 1. представлены результаты лог-линейного анализа в группе незамужних женщин без детей (работает, не работает).

По результатам нашего исследования оказалось, что для полной самореализации женщины важным условием является наличие детей в семье. Было замечено, что показатели самореализации выше у неработающих женщин. Также, результаты лог-линейного анализа выявили, что замужние женщины с детьми и без детей более ориентированы на семейную самореализацию, по сравнению с незамужними женщинами, с детьми и без детей. Кроме того, замужние женщины с детьми чаще выбирают высокий уровень самореализации в семье, по сравнению с незамужними женщинами с детьми. Об этом свидетельствуют более высокие показатели ценностно-осмысленного образа семьи у замужних женщин, отражающего высокий уровень самореализации в семье. Таким образом, самыми самореализованными в семье являются замужние женщины, для которых семья является средством самореализации.

Результаты нашего исследования позволили сформулировать *выводы*:

1. Теоретический анализ научных подходов к исследованию проблемы самореализации личности в зарубежной и отечественной психологии позволил конкретизировать понятия самореализации современных женщин в семье. Самореализация современной женщины, включает в себя реализацию своих целей, способностей, развитие собственной личности посредством приобретения новых знаний о мире через актуализацию знаний о самом себе, о своем месте в окружающем мире в рамках активного взаимодействия с другими людьми, становящееся основой для порождения новых личностных смыслов.

2. Выявлены внешние факторы и психологические аспекты самореализации современной женщины в семье. К внешним факторам относятся семейный статус, наличие детей, профессиональная занятость. К психологическим аспектам самореализации современной женщины в семье относятся: ценностно-смысловой, мотивационный, рефлексивный.

3. На основе оценки выраженности психологических особенностей описаны условия успешной самореализации женщин, имеющих различный семейный и профессиональный статус. Ус-

ловием успешной самореализации современной женщины в семье является понимание как процесс и результат нахождения, порождения и интерпретации новых личностных смыслов в рамках активного взаимодействия с другими людьми.

4. Определены уровни самореализации личности современной женщины в семье с различным семейным и профессиональным статусом (замужем/не замужем, количество детей; работает/не работает): 1-я группа – это женщины с высоким уровнем самореализации в семье (ценностно-осмысленный образ семьи); 2-я группа – это женщины со средним уровнем самореализации в семье (типичный образ семьи); 3-я груп-

па – это женщины с низким уровнем самореализации в семье (кризисный образ семьи).

5. Установлено наличие взаимосвязи между семейным и/или профессиональным статусом современной женщины и уровнем самореализации. Замужние женщины с детьми и без детей более ориентированы на семейную самореализацию, по сравнению с незамужними женщинами, с детьми и без детей. Кроме того, замужние женщины с детьми чаще выбирают высокий уровень самореализации в семье, по сравнению с незамужними женщинами с детьми. Таким образом, самыми самореализованными в семье являются замужние женщины, для которых семья является средством самореализации.

Таб. 1. Результаты лог-линейного анализа в различных группах женщин (работает, не работает) (%)

Уровень самореализации	Работает	Не работает
<i>группа незамужних женщин без детей</i>		
Средний (Типичный образ семьи)	44,8	36,4
Высокий (Ценностно-осмысленный образ семьи)	27,6	63,6
Низкий (Кризисный образ семьи)	27,6	0,0
<i>группа незамужних женщин с одним ребенком</i>		
Средний (Типичный образ семьи)	60,0	100,0
Высокий (Ценностно-осмысленный образ семьи)	0,0	0,0
Низкий (Кризисный образ семьи)	40,0	0,0
<i>группа незамужних женщин с двумя и более детьми</i>		
Средний (Типичный образ семьи)	80,0	0,0
Высокий (Ценностно-осмысленный образ семьи)	20,0	0,0
Низкий (Кризисный образ семьи)	0,0	0,0
<i>группа замужних женщин без детей</i>		
Средний (Типичный образ семьи)	75,0	0,0
Высокий (Ценностно-осмысленный образ семьи)	0,0	50,0
Низкий (Кризисный образ семьи)	25,0	50,0
<i>группа замужних женщин с одним ребенком</i>		
Средний (Типичный образ семьи)	63,6	50,0
Высокий (Ценностно-осмысленный образ семьи)	27,3	50,0
Низкий (Кризисный образ семьи)	9,1	0,0
<i>группа замужних женщин с двумя и более детьми</i>		
Средний (Типичный образ семьи)	60,0	83,3
Высокий (Ценностно-осмысленный образ семьи)	20,0	0,0
Низкий (Кризисный образ семьи)	20,0	16,7

EXPERIMENTAL RESEARCH OF PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF SELF-REALIZATION OF THE MODERN WOMAN IN FAMILY

©2013 E.A.Sorokoumova, M.O.Vahrushina[°]

Moscow state humanitarian university of M.A.Sholokhov

In article results of a pilot study of psychological aspects of self-realization of women are given in a family.

Keywords: self-realization, self-actualization, understanding, self-knowledge, personality, family, personal senses.

[°] Elena Aleksandrovna Sorokoumova, the doctor of psychological sciences, the professor of chair of social and pedagogical psychology of faculty of psychology. E-mail: CEA51@mail.ru
Marina Olegovna Vahrushina, the post-graduate student of chair of social and pedagogical psychology. E-mail: mata20081@rambler.ru