

Білозерська Світлана Іванівна,
доцент кафедри теоретичної та практичної психології
Національного університету «Львівська політехніка»,
кандидат психологічних наук, доцент.
E-mail: Lana_sun@meta.ua

ПРОФЕСІЙНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ТА ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ЖІНОК

Проблема благополуччя уже декілька десятиліть є актуальною і значущою для світової спільноти, оскільки психологічне благополуччя є показником здоров'я, соціальної та психологічної адаптації людини.

У концепт благополуччя представники різних течій вносять свої ключові твердження, проте практично в кожній висвітлюється питання задоволеності в професійній діяльності, самореалізації та професійного благополуччя, що підкреслює важливість вивчення даної складової.

Професійна діяльність є однією з найважливіших і найбільш охоплюваних сфер діяльності людини і тому самореалізація в професії є одним з найважливіших атрибутів реалізованої особистості. Успішна самореалізація в професійній діяльності часто пов'язана із показником зрілості людини.

Саме психологічне благополуччя становить собою утворення, яке характеризує задоволення потреб, наявність сенсу та орієнтирів у житті людини, переважання позитивних емоцій у життєдіяльності, відчуття самоактуалізації та відчуття реалізації свого потенціалу. В цьому контексті професійне благополуччя відіграє важливу роль. Багато дослідників сходяться на думці, що воно здатне унормовувати негативні моменти пов'язані із іншими сферами життя. Більше того, задоволеність у професійній діяльності, питання самоактуалізації входить в теоретичні основи практично всіх дослідників, що займалися вивченням цієї тематики. На основі цього, можна стверджувати, що трудова діяльність – є важливою складовою життя особистості, яка відіграє ключову роль у її благополуччі, відчуття задоволеності від життя.

У контексті професійної діяльності жінки варто наголосити, що існує ряд бар'єрів, які по різному впливають на можливість реалізувати себе у професійному плані, найчастіше це: подвійні стандарти, установки, стереотипи, високий рівень тривоги пов'язаний із соціальними очікуваннями та зовнішньою оцінкою.

Проте, становлення жінки в професійному середовищі є одним з ключових елементів розвитку її як особистості, допомагає у зниженні тривоги, відчутті власної гідності та в результаті підвищення самооцінки.

Нами проведено дослідження, щодо визначення особливостей взаємозв'язку суб'єктивних (особистісних) факторів (значущість для працюючої жінки сім'ї та праці, а також таких об'єктів, як дитина, чоловік; ставлення до них, специфіка уявлень про них) зі складовими суб'єктивного благополуччя та його загальним показником у працюючих жінок з різним рівнем психологічного

благополуччя. Вибірку склали 50 жінок, віком 25-55 років. В дослідженні було застосовано методику К.Ріфф «Шкала психологічного благополуччя».

Результати дослідження шляхом дискримінантного аналізу дозволяє встановити, що особливу вагу для кластеризації мали такі шкали: “Задоволеність працею”, “Позитивні відношення”, “Автономія”, “Керування середовищем”, “Особистісний ріст”, “Цілі в житті”, “Самосприйняття”

Для того, щоб присвоїти кластерам назву було проведено t-test Studenta. Тест продемонстрував, що всі середні групові показники досліджуваних, які потрапили до 2- го кластера є вищими ніж середньо групові показники представників 1- го кластера. (див. рис. 1)

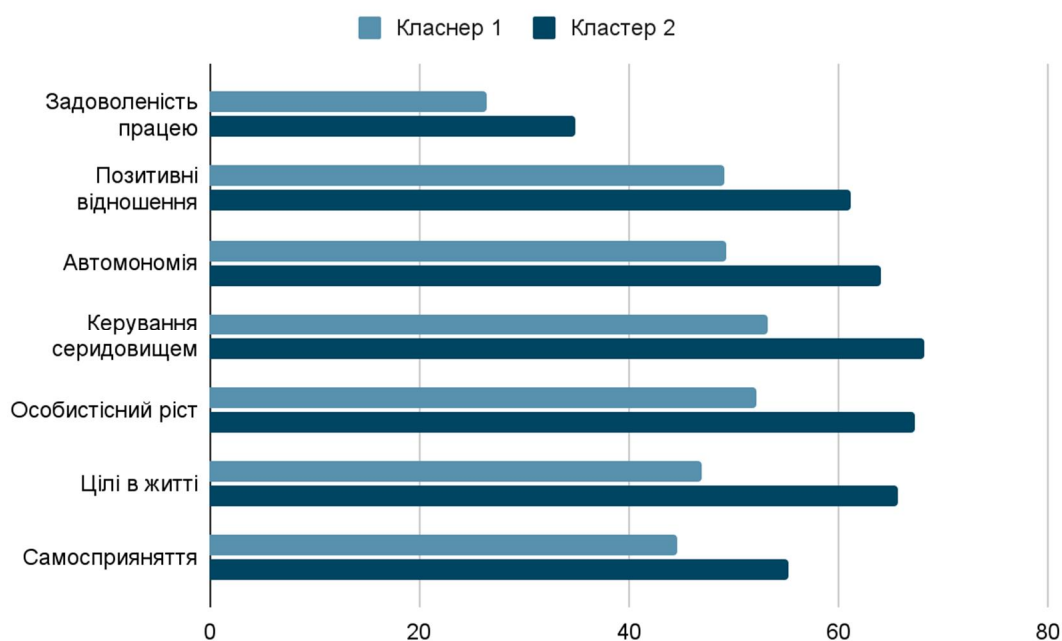


Рис.1. Показники отримані за допомогою T-Test Studenta

Отже, беручи до уваги середньо групові результати по двом кластерам, які нам вдалося отримати за рахунок використання Т-тесту Стюдента, можна стверджувати, що у двох кластерів існують відмінності по зазначеним шкалам, а саме відмінності по шкалах: “Задоволеність працею”(t=-2,7275 при p=0,008), «Автономія»(t=-7,7577 при p=0,000); «Керування середовищем» (t=-7,4039 при p=0,000); «Особистісний ріст» (t=-7,3948 при p=0,000); «Цілі в житті» (t=-9,0445 при p=0,000); «Самоприйняття»(t=-4,8964 при p=0,000).

На основі цього можна стверджувати, що жінки, які потрапили до 2-го кластеру більшою мірою задоволені власною професійною діяльністю, у них ймовірніше наявні довірливі та близькі стосунки з оточуючими, вони демонструють більшу самостійність та незалежність, в більшій мірі бачить можливості власної самореалізації, також мають чіткіше намічені наміри і цілі на життя та більш позитивно ставляться до себе, включаючи всі компоненти власної особистості.

Це дає підставу присвоїти назву для 1-го кластеру «Особи з нижчою схильністю до психічного благополуччя». А отже, 2-ий кластер отримав назву «Особи з вищою схильністю до психічного благополуччя».

Висновки. Дисонансні уявлення, установки та стереотипи жінок не в повній мірі дозволяють реалізовувати власний потенціал в сучасному суспільстві. Уявлення про неможливість жінок успішно поєднувати досягнення у професійній діяльності з благополучним шлюбом досі притаманні нашому суспільству. Незважаючи на те, що жіноча самореалізація має свою специфіку, більшість жінок все ж таки прагне до особистісного зростання та актуалізацію власних можливостей.

Професійна самореалізація жінки являє собою важливий елемент становлення особистості. Професійне благополуччя позитивно впливає на психологічне здоров'я та самопочуття, підвищує загальний рівень благополуччя, що в свою чергу створює позитивне тло і для сімейного життя.

Білосевич Іван Анатолійович,
доцент кафедри теорії і методики трудового навчання
та технологій Кременецької обласної гуманітарно-педагогічної
академії ім. Тараса Шевченка,
кандидат педагогічних наук, доцент.
E-mail: redbill990@ukr.net

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ У КОНТЕКСТІ РЕЛІГІЙНОЇ ВІРИ

Вступ. За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), психічне здоров'я – це стан благополуччя, при якому кожна людина може реалізувати свій потенціал, впоратися із життєвими трудщами та стресами, продуктивно працювати, а також робити внесок у життя своєї спільноти, брати посильну участь у громадському житті. У 2017 році схвалено «Концепцію розвитку охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 року». В Концепції чітко окреслено низку проблем у національній сфері охорони психічного здоров'я, серед яких виокремлюємо: слабку обізнаність щодо психічного здоров'я у суспільстві, що призводить до стигматизації та несвоєчасного звернення по професійну допомогу; відсутність системи профілактики психічних розладів, яка би базувалася на фактичних даних та ефективній популяризації психічного здоров'я й ін.

Окупація Кримської АР, а згодом і частини Луганської, Донецької областей російськими військами та проросійськими бойовиками, оголошення «АТО» у 2014 році (з 2018 року – «ООС») і початок повномасштабної російської агресії у 2022 році суттєвою мірою вплинули на стан психічного здоров'я всіх українців. В особливій зоні ризику, в тому числі психологічного ризику, з огляду на вплив війни перебувають військовослужбовці, а точніше – учасники бойових дій.