

Рівень психологічного благополуччя у працюючих жінок-матерів

Мелашенко Ю. П.^a, Гридковець Л. М.^{a1}

^a Київський інститут бізнесу та технологій, Україна

Анотація

У сучасному світі велике значення надається працевлаштуванню людини та її професійній реалізації. Жінки дедалі активніше прагнуть професійної реалізації, зокрема у політиці. Водночас репродуктивна функція жінки є частиною її іншого значного покликання, а саме – матері. Проблематика ролі психологічного благополуччя у працюючих жінок-матерів набуває все більшої актуальності. Саме від вирішення цього питання залежить не лише розвиток родини жінки, але й суспільства в цілому. У нашому дослідженні були виокремлені такі категорії жінок-матерів віком від 23 до 40 років: жінки, які добровільно розпочали/продовжили професійну реалізацію після народження дітей; жінки, які добровільно обрали професію «матері та дружини»; жінки, які були вимушені обрати роботу без внутрішньої на те згоди; жінки, які вимушено мали відмовитися від професійної реалізації під тиском чоловіка чи родичів. Добровільно працюючі жінки переважно задоволені робочим графіком, системою заохочення, взаємодією з колегами інших відділів, змістом роботи. Натомість жінки-матері, які вимушено розпочали трудову діяльність найчастіше мають негативне ставлення до графіку та умов роботи. Водночас, помітна значна втома жінок, які розпочали/продовжили професійну діяльність після народження дітей, про що свідчить той факт, що лише третина задоволена життям. Найвищий рівень психологічного благополуччя спостерігається у жінок-матерів, які добровільно вийшли на роботу і прагнуть гармонійного поєднання сім'ї та кар'єрного зростання. Жінки, які добровільно обирають сім'ю, також мають високі показники психологічного благополуччя, хоча і меншою мірою. Найнижчі показники психологічного благополуччя спостерігаються у жінок, які перебувають під зовнішнім примусом щодо вибору сімейної реалізації без права на професійну реалізацію.

Ключові слова: працюючі матері, сім'я, материнство, кар'єра.

Level of psychological well-being in working mother women

Melashchenko J.^a, Hrydkovets L.^{a1}

^aKyiv Institute of Business and Technology, Ukraine

Abstract

In today's world, great importance is attached to human employment and professional development. Women are increasingly entering the sphere of not only professional realization, but also politics. At the same time, a woman's reproductive function is part of her other significant vocation, namely the mother. The issue of the role of psychological well-being in working women-mothers is becoming increasingly important. It is the solution of this issue that determines not only the development of a woman's family but also of society as a whole. In our study, the following categories of women-mothers aged 23 to 40 years were identified: women who voluntarily started/continued professional realization after the birth of children; women who have voluntarily chosen the profession of «mother and wife»; women who were forced to choose a job without internal consent; women who were forced to give up their professional pursuits under pressure from their husbands or relatives. Volunteers are mostly satisfied with the work schedule, the incentive system, interaction with colleagues from other departments, the content of work. Instead, women mothers who have been forced to work often have a negative attitude towards their work schedule and conditions. At the same time, there is significant fatigue of women who started/continued their professional activity after the birth of children, as evidenced by the fact that only a third of them feel satisfied with life. The highest level of psychological well-being is observed in women-mothers who have volunteered for work and strive for a harmonious combination of family and career growth. Women who choose a family voluntarily also have high levels of psychological well-being, albeit to a lesser extent. The lowest rates of psychological well-being are observed in women who are under external coercion to choose family realization without the right to professional realization.

Keywords: working mothers, family, motherhood, career.

¹ Corresponding author.

E-mail address: grydkovec@ukr.net

Вступ

Зміна уявлень про соціальні ролі у сучасному суспільстві за останні роки зазнала суттєвих змін. Під впливом феміністичних рухів активно відбувається активізація соціального, професійного і політичного життя жінки та спостерігається наближення її соціального статусу до соціального статусу чоловіка. Сьогодні жінка має більше можливостей реалізувати себе не тільки завдяки виконанню властивих їй природних функцій, але через усвідомлення власної автентичності, що проявляється у пошуку різних форм соціально-політичної та культурної ідентичності.

Актуальність дослідження забезпечується підвищеним суспільним інтересом до проблеми психологічного благополуччя сучасної жінки в умовах трансформації суспільства і необхідністю поєднання жіночої професійної та сімейної реалізації, тобто поєднання ролі фахівця з ролями доньки, дружини та матері.

Професійна реалізація жінки можлива як поза межами дому, так і у власній родині. Культурологічний контекст досліджень питання місця та ролі української жінки в суспільстві можна знайти у працях Т. В. Говорун, О. М. Кікінежді (1999), В. Гупаловської (2010), Н.В. Лавріненко (1999) та інших. Проблемою вибору дому як сфери професійної реалізації займалася когорта фахівців з різних країн (Гридковець, 2006; Gauthiera et. al., 2018), фахову реалізацію жінок в різні часи досліджували N. Fortin (2005), V. Gash, 2009, N. Steiber, B. Haas (2012) тощо.

Але, незважаючи на свою актуальність, проблема вибору між сім'єю та кар'єрою у сучасній жінки недостатньо розкрита в наукових джерелах. Крім того спостерігається низький рівень досліджуваності проблеми психологічного благополуччя жінки-матері, яка вирішила продовжити професійну кар'єру та поєднати професійну та материнську реалізацію.

Мета статті полягає у презентації результатів дослідження щодо рівня психологічного благополуччя працюючих жінок-матерів як до капіталу українського суспільства.

Методи та матеріали

На сьогодні жінка знаходиться на шляху до змін, тобто можна говорити про певні тенденції до змін. На прийняття суспільством цих нових тенденцій впливають загальноприйняті ідеї щодо ролі жінки. Порівнюючи суспільство з організмом, можна говорити, що воно тяжіє до збереження гомеостазу, тоді як ймовірні зміни ролі жінки є саме тою небезпекою, яка може спричинити втрату усталеної цілісної соціальної та культурної структури. Засобом збереження гомеостазу є соціальні стереотипи, які на певному етапі розвитку людини є позитивними, але загалом блокують втілення нового підходу щодо місця жінки у суспільстві (Гупаловська, 2010).

Проте гендерні зміни в суспільстві є неминучими, і такі непрості умови створюють ще більше труднощів для переходу жінки до ролі активного учасника. По-перше, ці труднощі пов'язані з тим, що жінка освоює нові ролі, до того їй не властиві, що вимагає від неї відмови від прийнятої ідентифікації себе як фемінної. По-друге, набуття нових ролей відбувається в умовах постійного зовнішнього тиску, що заважає адаптації жінки до мінливих умов у суспільстві.

Безперечно, сьогодні жінка має більше можливостей реалізувати себе не тільки виконанням властивих їй природних функцій, але й усвідомлюючи свою автентичність, завдяки повному розкриттю особистісного потенціалу, пошуку різних форм соціально-політичної та культурної ідентичності.

Нові умови сучасного суспільства заганняють жінку в жорсткі рамки – вона має бути цінним співробітником, люблячою дружиною, гарною господинею, ідеальною матір'ю та мати досконалий зовнішній вигляд. Відповідно, щоб все встигнути, жінка інколи перетворюється на «універсального солдата», що призводить до перенапруги її організму. Так, дослідження науковців Kuipers et. al. (2021) довели, що статус материнства по-різному впливає на психологічне благополуччя жінок протягом тривалого часу. Зазначені автори підкреслили, що психологічне самопочуття бездітних жінок залишається стабільним, натомість рівень психологічного благополуччя у матерів з часом може знижуватися. І хоча відсутні дослідження причини зниження рівня психологічного благополуччя у жінок-матерів, але вказано/встановлено важливість моніторингу психічного здоров'я матері в післяпологовий період і пізніше.

Перевиснаження жінки призводить до зниження її життєвого резерву в реалізації себе як матері, так і професіонала. Попри те, що роль жінки в сучасному суспільстві зазнала значних змін, її особиста активність, що виражається в професійному самовизначенні, зміні місця в економічній та політичній сфері, трансформувала сім'ю і, як наслідок, роль жінки в ній. Зміщення соціальних ролей чоловіків і жінок призвели до розширення соціально-професійних ролей та економічної незалежності жінок, що в свою чергу, змінює характер взаємин між чоловіками і жінками в сім'ї. Жінки прагнуть реалізовувати свої здібності, знання, зробити кар'єру, займатися громадською діяльністю. Вони починають переоцінювати чоловіка як свого партнера, висувають йому свої вимоги, намагаються досягти рівноправ'я в сім'ї, що означає справедливий розподіл домашніх обов'язків та участь у догляді за дітьми, щоб мати змогу розвиватися та реалізовуватися професійно. Дуже часто жінки беруть на себе обов'язки «голови» сім'ї, займають домінуючі позиції в таких гуманітарних галузях

суспільства, як освіта, культура, медицина, та здебільшого не є керівники (Лавриненко, 1999).

Антиегалітарні погляди мають прямий зв'язок із рівнем зайнятості жінок та гендерним розривом в оплаті праці. На практиці спостерігається зіткнення між патріархальними сімейними цінностями та егалітарними поглядами, що може формувати внутрішній конфлікт у жінок матерів. І провідною проблемою в подібних ситуаціях виступає почуття провини, яке розвивається у працюючих матерів і стає однією з перешкод на шляху до більшої гендерної рівності на ринку праці (Fortin, 2005).

За результатами соціально-психологічних досліджень стає очевидно, що жінки не менше за чоловіків зацікавлені в просуванні по службі та підвищенні свого освітнього рівня, орієнтовані на престиж, достойну заробітну плату, мають не менше почуття відповідальності. Але беззаперечно є й той факт, що жіночий кар'єрі об'єктивно заважає біологічна, природна роль жінки, яка вимагає поєднання професійних, подружніх та материнських функцій.

Соціально-психологічні чинники, які гальмують кар'єру жінки, такі:

- статеворієнтований розподіл посад у організаціях;
- гіпервмотивованість жінки, що призводить до її надмірної активності та фіксації на професійній реалізації;
- невротичність, яка обумовлена підвищеною емоційністю жінки та її фіксацією на помилках та невдачах;
- внутрішня заборона на успіх, почуття меншовартості, що гальмує використання розумного ризику (Турецька, 1999; Дорожкіна, 2009; Ткаліч, 2012).

М. В. Сафонова визначила п'ять типів жінок, які успішно реалізуються в кар'єрі:

- «кандидати в майстри» (молоді жінки, які починають кар'єру та прагнуть зробити її якомога швидше);
- «успішні керівники» (жінки зрілого віку, які піднялися на найвищі щаблі службової драбини);
- «вільні художники» (жінки, які направлені на творчість);
- «сестри милосердя» (жінки з орієнтацією на служіння);
- «жриці науки» (жінки, які самореалізуються в академічній сфері) (Дорожкіна, 2009).

Г. В. Турецька, згідно з феноменом «страху успіху» в жінок, визначає такі типи:

- інноваційні жінки (пріоритетом є кар'єра);
- традиційні жінки (домінанта – це родина) (Турецька, 1999).

На належність до певного типу впливає низка чинників, а саме:

- характер стосунків з батьками (ступінь близькості з кожним із батьків, тип вихо-

вання та статевої установки у родині);

- референтність (наявність референтів, їх стать, включення в професійну активність, поєднання роботи з іншими сферами життя);
- Я-концепція (сприйняття та оцінка себе в різних соціальних ролях);
- культурні установки, конструктивні та деструктивні стереотипи (психосексуальні, рольові, суспільні, що формують образ місця жінки у спільноті та суспільстві) (Турецька, 1999, Гридковець, 2004, 2019).

Деструктивна присутність у свідомості успішної жінки сталих деструктивних стереотипів нерідко спричиняє конфлікт рольової ідентичності (комплекс суб'єктивних негативних переживань жінки через труднощі узгодження виконання ролей у сімейній та професійній сферах), розв'язання якого полягає у виборі між кар'єрою і сім'єю («рольовий конфлікт працюючої жінки») і найчастіше вирішується на користь саме сім'ї. Цей жіночий феномен названо «відмовою жінки від кар'єри» або «відмовою від успіху» внаслідок страху втратити жіночність через невідповідність стереотипним очікуванням (жінка, яка перемагає чоловіка, вже не є жінкою) (Раневська, 2013).

Психологічний чинник, який полягає у наявності підтримуючого оточення в житті жінки, має вагомий вплив на її вибір. Для працюючої жінки прагнення досягти високих професійних результатів і бажання піклуватися про членів своєї сім'ї завжди знаходяться в конфлікті, оскільки вимагають постійної напруженої активності в різних напрямках. Підтримка з боку членів її сім'ї та близького оточення, також прийняття жінки щодо її прагнення професійного становлення мають позитивний вплив на продовження її розвитку в цьому напрямку.

Розглядаючи кар'єру в житті жінок, слід відзначити складність та багатогранність цього питання. Перед усім йдеться про значення кар'єри для жінки. Науковці (Щербич, 1999) пропонують розглядати цю проблему в таких основних аспектах.

1. Наслідкуванням застарілих деструктивних стереотипів.

Суспільство не може вважатися демократичним доки в ньому є дискримінація людини незалежно від сфери її життєдіяльності. Професійна діяльність жінки підпадає під дискримінаційний статус, що частково обумовлено її репродуктивною функцією, яка з позиції кар'єрного зростання гальмує її реалізацію професійних знань, навичок та вмінь, що може негативно впливати на розвиток держави загалом.

2. Важливість кар'єри для змін у сімейній системі.

Успішна професійна кар'єра жінки змінює сімейний мікроклімат, виникають передумови

для переоцінки ролі та значення як жінки, так чоловіка, що зумовлює перерозподіл родинних обов'язків. Професійне зростання жінки призводить до збільшення матеріального добробуту сім'ї, а її кар'єрні успіхи мають для її дітей соціалізаційне значення, вчать їх ставитися до людини незалежно від її статі як до творчої індивідуальності, яка має свободу вибору і володіє необхідними якостями для його здійснення. Дівчата, яких виховують двоє працюючих батьків, частіше поєднують в поведінці традиційні ролі і роботу, ніж дівчата, виховані в інших сім'ях (Гупалоська, 2010). Кар'єра жінки також здатна впливати на соціальне середовище щодо переосмислення ролі і її місця в сім'ї та суспільстві.

3. Вплив кар'єри на особистість жінки.

Успішна кар'єра впливає на саму жінку та її особистість, забезпечує соціальну і професійну комунікацію, дозволяє відчувати себе значимою часткою сім'ї та суспільства (Щербич, 1999).

Таким чином, зміна соціального життя сучасної жінки та набуття нової соціальної ролі надає нові можливості для реалізації жінки і водночас висуває серйозніші вимоги до неї. Бажання сучасної жінки реалізуватися в сім'ї та кар'єрі забирає багато часу, сил і ресурсу. Тому вона повинна обрати найкраще вирішення цієї проблеми.

Сьогодні висуває нові вимоги перед сучасними жінками, та більшість з них розуміють, що не готові відмовитись ні від сім'ї, ні від кар'єри. Важливість цих сфер для самореалізації сучасної жінки та для суспільства беззаперечна. Однак не менш важливим є рівень психологічного благополуччя жінки, бо саме він забезпечує їй належний рівень якості життя.

Наприкінці минулого століття К. Рифф, визначаючи поняття психологічного благополуччя, виокремив такі складники: позитивне ставлення і взаємодія з іншими людьми; позитивне ставлення та прийняття себе, свого життя; особистісна автономія (орієнтація на власні переконання та цінності), компетентний контроль (доцільний контроль середовища, ефективний керунок власним життям); цілепокладання, що забезпечує пошук сенсів, саморозвитку та самореалізації (Рифф К., 1995, 1996).

Наразі під психологічним благополуччям розуміють суб'єктивне переживання людиною, яке ґрунтується на позитивному ставленні до себе і свого минулого, наявності цілей та занять, що забезпечують життєвий сенс, здатність виконувати вимоги повсякденного життя, відчувати задоволення від розвитку й самореалізації та від стосунків з іншими людьми, пронизаними турботою і довірою при збереженні власних переконань. Психологічне благополуччя у жінок визначається також іншими додатковими чинниками, обумовленими репродуктивною функцією та сексуальними особливостями (Kuipers et al., 2021; Grauvogl, 2017).

Переважає більшість жінок, проходячи етапи материнства (вагітність, народження, постпологовий період), прагнуть не просто материнства як такого, а намагаються знайти життєву рівновагу в новому чи оновленому статусі материнства (Emmanuel et al., 2011).

Для дослідження рівня та характеру психологічного благополуччя у працюючих матерів нами були використані такі методи емпіричного дослідження, як структуроване інтерв'ювання, методика Дж. Пауелла «Повнота життя» (Пауелл, 1993), тест-опитувальник задоволеності шлюбом В. Століна (Бондарчук, 2001), опитувальник «Інтегральна задоволеність роботою» за А.Б. Барташевим (Фетискин, 2009), тест сенсожиттєвих орієнтацій (СЖО) Д. Леонтьєва (1992).

У дослідженні взяли участь такі групи: основна вибірка – 40 жінок віком від 23 до 40 років, які добровільно розпочали/продовжили професійну реалізацію після народження дітей; контрольні вибірки – 20 жінок, які добровільно обрали професію «матері та дружини»; 20 жінок, які були вимушені обрати роботу без внутрішньої на те згоди; 20 жінок, які вимушено мали відмовитися від професійної реалізації під тиском чоловіка чи родичів. Всі представниці дослідницької вибірки на момент проведення дослідження були одружені і мали стабільні подружні стосунки.

Результати дослідження

Протягом дослідження психологічної позиції жінок за шкалами методики Дж. Пауелла «Повнота життя» (ставлення до себе, ставлення до людей, ставлення до життя, ставлення до природи, ставлення до Бога) у проміжку [0; 4] (де верхній показник відбиває позитивну тенденцію, а нижній – деструктивну) отримано такі середні показники за вибіркою: ставлення до себе (2,91), ставлення до людей (2,43), ставлення до життя (3,2), ставлення до природи (3,31), ставлення до Бога (2,99), що демонструють позитивну тенденцію розвитку особистості жінок-матерів, які обрали додатково реалізацію у професійній сфері.

У 85% досліджуваних жінок спостерігається позитивне ставлення до себе, тобто вони визнають та цінують свої чесноти, але й не відкидають недоліки. Ставлення до людей згідно з середнім значенням 2,43 показує наявність достатньо довірчих мотивів у суб'єкт-суб'єктному спілкуванні. Працюючи жінки-матері найчастіше визначають інших людей як «достатньо чесні, надійні, вдячні, щирі особисті». Життя як категорія власного буття для переважної більшості досліджуваних жінок має позитивний характер. Більшість із них усвідомлюють його важливість для себе та сприймають захопливим переживанням, а не боротьби. Високі показники ставлення до природи означають, що працюючі матері орієнтуються на гармонію з природою та вбачають

Таблиця 1.

Показники кореляції Пірсона за складниками «Повноти життя»

		Я	Люди	Життя
Я	Кореляція Пірсона Знач. (двобічна) N	1 40	.432** .005 40	.589** .000 40
Люди	Кореляція Пірсона Знач. (двобічна) N	.432** .005 40	1 40	.426** .006 40
Життя	Кореляція Пірсона Знач. (двобічна) N	.589** .000 40	.426** .006 40	1 40

Кореляція значима на рівні 0,01 (двухстороння).

в ній ресурс для саморозвитку. Більшість жінок сприймають Бога як безумовно люблячого, що дає їм впевненість і зміцнює у подоланні життєвих труднощів.

Слід звернути увагу на такий конструкт психологічної позиції сучасної жінки, як «Ставлення до людей», середнє значення показника якого є нижчим у порівнянні з іншими показниками відповідних шкал методики Дж.Пауелла. Підтверджують цю думку такі результати дослідження, отримані за допомогою коефіцієнта кореляції Пірсона (див.Таблиця 1). Було виявлено пряму кореляцію між показниками шкали «Ставлення до людей» та «Ставлення до життя» (426, $p < 0,01$) і «Ставлення до себе» (432, $p < 0,01$). Окрім того, було виявлено пряму кореляцію і між показниками шкал «Ставлення до себе» та «Ставлення до життя» (589, $p < 0,01$), що підтверджує важливість розвитку самоцінності сучасної жінки.

Отже, можна висувати: високі показники за методикою «Повнота життя» свідчать про те, що працюючі матері проявляють позитивну тенденцію у власному розвитку, що є основою для

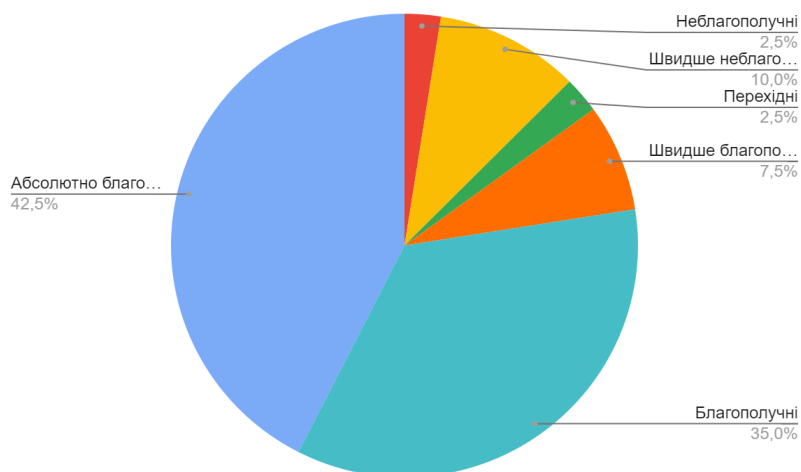
забезпечення повноти особистісної свободи та відповідальності за себе, власний вибір, вчинки і за себе як творця власного життя.

Після опрацювання результатів тесту-опитувальника «Задоволеність шлюбом» (В. Столін, Т. Романова, Г. Бутенко) отримано такий частотний розподіл показників (див. Діаграму 1), за якими можна виокремити/окреслити стосунки в сім'ях досліджуваних жінок за певним категоріями:

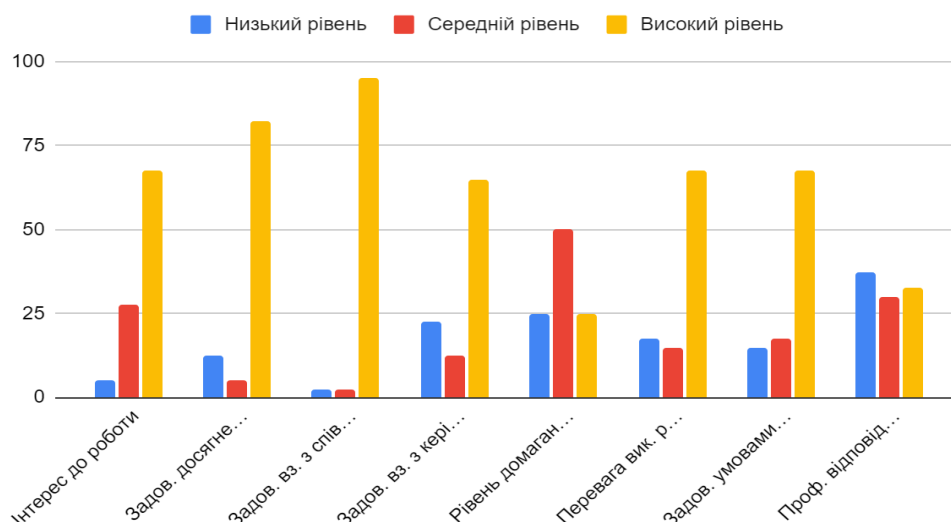
- 42,5 % – абсолютно благополучні,
- 35 % – благополучні,
- 7,5 % – швидше благополучні,
- 2,5 % – перехідні,
- 10 % – швидше неблагополучні,
- 2,5 % – неблагополучні.

Результати емпіричного дослідження представлені на мал.2, дозволяють говорити про те, що працюючі матері мають:

- 1) високий рівень інтересу до роботи – 67,5 % (середній – 27,5 %, низький – 5 %);
- 2) високий рівень задоволеності досягненнями у професійній діяльності – 82,5 % (середній – 5 %, низький – 12,5 %);



Діаграма 1. Частотний розподіл показників задоволеності шлюбом.



Мал. 2. Частотний розподіл показників складових загальної задоволеності працею.

- 3) високий рівень задоволеності взаєминами із співробітниками – 95 % (середній – 2,5 %, низький – 2,5 %).
 - 4) високий рівень задоволеності взаєминами з керівництвом – 65 % (середній – 12,5 %, низький – 22,5 %);
 - 5) середній рівень домагань у професійній діяльності – 50 % (високий – 25 %, низький – 25 %);
 - 6) високий рівень переваги виконуваної роботи високому заробітку – 67,5 % (середній – 15 %, низький – 17,5 %);
 - 7) високий рівень задоволеності умовами праці – 67,5 % (середній – 17,5 %, низький – 15 %).
 - 8) особистісноорієнтовану професійну відповідальність (високий рівень – 32,5 %, середній – 30 %, низький – 37,5 %).
- 75 % досліджуваних жінок мають високий рівень задоволеності працею. Звідси працюючі матері мають високий рівень задоволеності власних вимог й очікувань щодо роботи, також у них спостерігається високий рівень збігу психологічних особливостей та компетентностей з посадовими обов'язками і достатній потенціал для професійного зростання.

За шкалою «задоволеність досягненнями у роботі», дані вибірки засвідчили високий рівень (82,5 %). Отже більшість працюючих матерів реалізує нові ідеї та виконує складні завдання відповідно до своїх професійних знань і вмінь.

Високий показник за шкалою «задоволеність стосунками із співробітниками» (95% жінок) підкреслює позитивну атмосферу в колективі, професійну комунікацію загалом. 65% досліджуваних мають добрі стосунки з керівництвом, а конфліктні ситуації та непорозуміння вирішують конструктивно.

Рівень домагань у професійній діяльності, що визначається ступенем важкості досягнення цілі, здобув середній показник розвитку (50%). Це можна пояснити тим фактором, що з віком рівень домагань у трудовій діяльності, пов'язаний із творчими потребами, підвищується, а потім знижується. Переломні періоди для різних професій мають різний віковий сенс, наприклад, для представників робітничих професій – 19-25 років, інженерно-технічного персоналу – 30-35 років.

За шкалою «перевага виконуваної роботи над високим заробітком» більший відсоток досліджуваних демонструють високий показник (67,5 %), акцентують на рівні заробітку, який адекватно відповідає переліку функціональних обов'язків, професійним зусиллям та досягненням у професійній діяльності. Це також можна пояснити середнім рівнем домагань жінок (наявна заробітна плата їх влаштовує).

Переважа більшість жінок задоволена робочим графіком, системою заохочення, взаємодією з колегами, змістом роботи, що підтверджують показники за шкалою «задоволеність умовами праці» (67,5 %). Водночас жінки проявили належну критичність мислення і оцінок, оскільки за шкалою «професійна відповідальність» більшість з них поставило собі низьку оцінку (37,5 %). Додаткове інтерв'ювання показало: така оцінка є результатом того, що мало серед опитуваних обіймають керуючі посади і тому оцінюють свою діяльність менш відповідальною ніж ті, хто займають вищі службові посади, а відповідно мають більший рівень відповідальності за прийняті рішення чи накази.

Отримані високі результати загального рівня задоволеності працею свідчать про те, що працюючі матері вбачають в роботі можливість

Таблиця 2.

Частотний розподіл показників смисложиттєвих орієнтацій

Шкали СЖО	Низький рівень, %	Середній рівень, %	Високий рівень, %
Цілі	-	60%	40%
Процес	-	62,5%	37,5%
Результат	-	50%	50%
ЛК – Я	2,5%	47,5	50%
ЛК – Життя	2,5%	55%	42,5%
Загальний показник ОЖ	-	35%	65%

розвитку та самореалізації як однієї зі сфер їх життя, мають достатній інтерес до роботи, надихаються досягненнями в роботі, задоволені взаєминами зі співробітниками та керівництвом, умовами праці, професійною відповідальністю та ін. Для переважної більшості опитуваних виявилася важливість розвитку ділової кар'єри та повнота реалізації не лише в сім'ї, але й у соціумі.

Після опрацювання результатів тесту смисложиттєвих орієнтацій (СЖО) Д. О. Леонтьєва ми отримали частотний розподіл показників, що представлений у табл. 2.

Звідси, що за шкалою Цілі 60% досліджуваних показали середній рівень та 40% – високий рівень смисложиттєвих орієнтирів. Тож майже всі працюючі матері мають цілі на майбутнє, які надають життю осмисленість, спрямованість і перспективу, цінують теперішнє та орієнтовані на майбутнє, замість застрягання у минулому.

Результати за шкалою Процес свідчать, що переважна кількість опитуваних жінок мають середній рівень задоволеності життям і лише 37,5% сприймають його досить цікавий, емоційно насиченим та наповненим змістом процесом і вповні задоволені теперішнім. 50% досліджуваних задоволені своєю самореалізацією, достатньо і високо оцінюють пройдений відрізок життя (своє минуле), відчують, що ця частина була продуктивною та осмисленою, натомість інша половина воліла б покращення.

За шкалою «Локус контролю – Я», тільки 2,5% досліджуваних мають низький рівень прояви, тому переважна більшість працюючих матерів ставляться до себе як до сильної особистості, котра володіє достатньою свободою вибору, аби побудувати власне життя відповідно до своїх цілей, завдань і уявлень про його сенс. Тобто вони вірять, що можуть впливати на перебіг життя, робити самостійно осмислений вибір, тобто мають внутрішній локус контролю, а не керуються насамперед тим, чого вимагають від них інші.

За шкалою «Локус контролю – Життя» лише 2,5% досліджуваних мають низький рівень про-

яву, отже працюючі матері достатню вірять у власні сили, можливість контролювати власне життя, вільно приймати рішення та здійснювати їх.

Більшість досліджуваних (65%) мають високий рівень за шкалою «Загальної осмисленості життя», що свідчить про їх орієнтацію на осмисленість у постановці цілей, отриманні задоволення при їх досягненні, мають чітке співвіднесення цілей – з майбутнім, емоційну насиченість – з теперішнім, задоволення – з досягнутим результатом (минулим).

Результати, отримані за допомогою коефіцієнта кореляції Пірсона, показують прямий взаємозв'язок між показниками шкал «Цілі» та «Локус контролю – Я» ($r = 0,842, p < 0,01$) і «Загальний показник» ($r = 0,717, p < 0,01$), а також виявлена пряма кореляція між шкалами «Локус контролю – Я» і «Загальний показник» ($r = 0,736, p < 0,01$) (див. Табл.3.).

Дослідження показало, що працюючі матері мають чіткі цілі на майбутнє, які надають їм спрямованості, впевненості та подальшої перспективи саморозвитку і самореалізації, наповнюють життя сенсом та осмисленістю. Інтернальний локус контролю впливає на усвідомлення сучасної жінки себе як сильної особистості, яка спроможна зробити автономний вибір у власному житті, побудувати своє життя згідно зі своїми цілями й уявленнями про його сенс, що надає їй відчуття емоційної та смислової насиченості життя, задоволеність самореалізацією.

Для більш об'єктивного дослідження рівня психологічного благополуччя у працюючих матерів було проведено опитування жінок ще у трьох контрольних вибірках: перша складалася із жінок з подавленим бажанням професійної реалізації, друга – зі штучною стимуляцією професійної реалізації, третя – із домашньою професійною реалізацією. За методикою Дж. Пауелла «Повноти життя» ми отримано такі дані (див. Табл.4): найбільш позитивно ставляться до себе жінки, які добровільно вийшли на роботу і прагнуть професійної реалізації (2,91), та жінки,

Таблиця 3.

Результати за кореляцією Пірсона за показниками смисложиттєвих орієнтацій

		Я	ЛКЯ	ЛКЖ
Я	Кореляція Пірсона Знач. (двобічна) N	1 40	.842** .000 40	.717** .000 40
ЛКЯ	Кореляція Пірсона Знач. (двобічна) N	.842** .000 40	1 40	.736** .000 40
ЛКЖ	Кореляція Пірсона Знач. (двобічна) N	.717** .000 40	.736** .000 40	1 40

Кореляція значима на рівні 0,01 (двухстороння).

які обирають сім'ю і реалізацію себе в сім'ї на засадах професійної діяльності (2,78).

Найгірше ставлення до людей, відчуття дискомфорту в комунікації мають жінки, які розпочали професійну реалізацію не з доброї волі, а під тиском обставин (брак коштів, примус рідних). Для непрацюючих під примусом матерів позитивна взаємодія з людьми є формою своєрідної компенсації власної заниженої самооцінки. Інтерв'ювання цих жінок показало, що вони більше за інші категорії готові проявляти уважність до людей, очікуючи на визнання. Саме працюючі під тиском обставин чи родичів матері найменше здатні насолоджуватися природою та найбільше нарікають на Бога.

За шкалою «Ставлення до життя», найвищі показники представлені у вибірці добровільно працюючих жінок (3,31) та добровільно непрацюючих жінок (3,0). Отже головним чинником благополуччя жінки є фактор «добровільності та особистого вільного вибору».

Обрахування загальних показників психологічного благополуччя відбувалося через переведення усіх дослідницьких параметрів у «стіни»

з диференціацією: 1-низький рівень, 2-середній рівень, 3-високий рівень, віднаходження середнього значення сукупних параметрів «стіни», і нове переведення у «стіни» отриманих результатів.

На основі результатів дослідження, представлених в табл. 5, можна зробити висновки, що найбільший рівень психологічного благополуччя спостерігається у жінок-матерів, які добровільно вийшли на роботу і прагнуть гармонійного поєднання сім'ї та кар'єрного зростання. Водночас варто зауважити: жінки, які добровільно обирають сім'ю також мають високі показники психологічного благополуччя, хоча менші за дані в основній досліджуваній вибірці. Найнижчі показники психологічного благополуччя спостерігаються у жінок, які перебувають під зовнішнім примусом щодо вибору сімейної реалізації без права на професійну реалізацію.

Обговорення та Висновок

В сучасних умовах розвитку суспільства жінка має більше можливостей реалізувати себе не тільки завдяки виконанню властивих їй природних функцій, але й усвідомленні своєї

Таблиця 4.

Середні показники ключових складників психологічного благополуччя (за методикою Дж. Паулла, проміжок [0;4])

Шкали	Добровільно працюючі матері, 40 ос.	Примусово працюючі матері, 20 ос.	Примусово непрацюючі матері, 20 ос.	Добровільно непрацюючі матері, 20 ос.
Ставлення до себе	2,91	1,87	1,65	2,78
Ставлення до людей	2,43	1,62	2,35	2,45
Ставлення до життя	3,2	2,51	2,81	3,0
Ставлення до природи	3,31	2,62	3,2	3,12
Ставлення до Бога	2,99	2,15	2,82	3,2

Таблиця 5.

Рівень психологічного благополуччя у дослідницьких вибірках жінок-матері

Складові психологічного благополуччя	Добровільно працюючі матері, 40 ос.	Примусово працюючі матері, 20 ос.	Примусово непрацюючі матері, 20 ос.	Добровільно непрацюючі матері, 20 ос.
Позитивне ставлення та прийняття себе	3	2	1	3
Позитивне ставлення та взаємодія з іншими	3	1	2	3
Компетентний контроль	3	1	1	2
Автономія	3	2	1	3
Цілепокладання	2	2	1	2
Загальні показники	3	2	1	3

автентичності, повного розкриття особистісного потенціалу, пошуку різних форм соціально-політичної та культурної ідентичності. Нові умови сучасного суспільства загрожують жінкам у жорсткі рамки, та більшість із них розуміє, що не варто відмовлятися ні від сім'ї, ні від кар'єри. Важливість цих сфер для самореалізації сучасної жінки та для суспільства є вагомим. Успішна реалізація в шлюбі та сім'ї приносить жінці позитивний емоційний стан, відчуття впевненості та стабільності, духовного балансу, наповнює життя особливим змістом. Професійна реалізація дає змогу змінити місце/статус жінки в економічній та політичній сфері, реалізувати здібності й професійні знання, переосмислити свою роль у сім'ї та суспільстві.

Зміна соціального життя сучасної жінки та набуття нової соціальної ролі надає нові можливості для реалізації жінки і водночас висуває серйозніші. Бажання сучасної жінки реалізуватися в сім'ї та кар'єрі забирає багато часу, сил і ресурсу, тому їй потрібно вибирати для себе найкращий шлях вирішення цієї проблеми.

До основних чинників мотивації вибору сучасних жінок можемо зарахувати вплив гендерних стереотипів на розподіл соціальних ролей у суспільстві та професійну діяльність жінок; психологічний чинник, що полягає у підтримці її вибору близьким оточенням; тип виховання та сімейні відносини; наявність референта, який поєднує професійну діяльність з іншими сферами життя; соціальний чинник, який полягає у схваленні або неприйнятті ролі моделі жінки.

Емпіричне дослідження психологічного благополуччя сучасної жінки, яка здійснює вибір між сім'єю та кар'єрою показує, що вона опиняється у непростій психологічній ситуації, яка передбачає внутрішній конфлікт вибору між сім'єю та кар'єрою чи їх поєднанням. І, як результат, демонструють найвищі показники психологічного благополуччя жінки, які успіш-

но поєднують кар'єру та сім'ю. Найнижчі показники психологічного благополуччя у жінок, які відмовляються від професійної реалізації в умовах психологічного тиску і примусу. Водночас варто зауважити, що штучне стимулювання жінки професійної реалізації має негативні наслідки, а саме: низька самооцінка, почуття провини за «відмову від материнства», що негативно впливає на ефективність керування власним життям.

Результати емпіричного дослідження підтвердили нашу гіпотезу, що рівень задоволеності життям і психологічного благополуччя сучасної жінки залежить від можливості поєднувати обидві важливі сфери самореалізації. Якщо жінці вдається таке поєднання, то вона має високий рівень психологічного благополуччя. Повнота реалізації себе у професійній сфері та материнській ролі у шлюбі надає життю жінки особливого змісту, робить його більш насиченим та повним.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

- Emmanuel, E.N., Creedy, D.K., St John, W., Brown, C. (2011). Maternal role development: The impact of maternal distress and social support following childbirth. *Midwifery*, 27(2), 265-272. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2009.07.003>
- Fortin N. (2005). Gender role attitudes and the labour-market outcomes of women across OECD countries *Oxford Review of Economic Policy*, 21 (3), 416-438. <https://doi.org/10.1093/oxrep/gri024>
- Gash, V. (2009). Sacrificing their Careers for their Families? An Analysis of the Family Pay Penalty in Europe. *Social Indicators Research*, 93(3), 569-586. <https://doi.org/10.1007/s11205-008-9429-y>
- Gauthiera A.H., Emeryb T., Bartovac A. (2016). The labour market intentions and behaviour of stay-at-home mothers in Western and Eastern Europe. *Advances in Life Course Research*. 30, 1-15. <https://doi.org/10.1016/j.alcr.2015.12.002>
- Grauvogl A. (2017). The Predicting Value of Personality and Psychological Well-Being Regarding Sexual Functioning in Women. *The Journal of Sexual Medicine*. 14(5-4), 256-257. <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2017.04.263>
- Iaizzo R.S., Diez M.L., Fernández N.P. (2021). Psychological well being and fertility: habits

- that increase happiness in women increase their reproductive capacity. *Fertility and Sterility*. 116(3), 366-367. <https://doi.org/10.1016/j.fertnstert.2021.07.984>
- Kuipers Y. J., Beeck E., Gils Y. (2021). The impact of motherhood on the course of women's psychological wellbeing. *Journal of Affective Disorders Reports*. 6, 100216. <https://doi.org/10.1016/j.jadr.2021.100216>
- Narcisoa I., Relvasb A.P., Ferreira L.C., Vieira-Santosa S., Fernandes M., Santa-BárbaraInês S., Machado I. (2018). Mapping the "good mother" – Meanings and experiences in economically and socially disadvantaged contexts. *Children and Youth Services Review*. 93, 418-427. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2018.08.029>
- Ryff C. D., Singer B. (1996). Psychological well-being: meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychother Psychosom*. 65(1):14-23. <https://doi.org/10.1159/000289026>
- Ryff C. D., Keyes C. L. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journ. Pers. Soc. Psychol*. 69, 719-727
- Steiber N. & Haas B. (2012). Advances in explaining women's employment patterns. *Socio-Economic Review*. 343-367. <https://doi.org/10.1093/ser/mwr039>
- Бондарчук О. І. (2001). Психологія сім'ї: курс лекцій. Говорун Т., Кікінежді О. (1999). Стат'я та сексуальність. Психологічний ракурс: навч. посіб. Тернопіль: Навчальна книга Богдан.
- Гридковець Л. М. (2004). Абетка подружнього життя: навчальний посібник. Родинний дім.
- Гридковець Л. М. (2006). Психологічні засади подолання безробіття серед багатодітних матерів. Психологія особистості безробітного. Матеріали III Всеукраїнської науково-практичної конференції. 154-159
- Гридковець Л. М. (2019). Деякі результати лонгitudного дослідження психолого-педагогічних чинників родинної детермінації особистісних криз. *Вісник Київського інституту бізнесу та технологій*, 42 (3), 95-101. <https://doi.org/10.37203/kibit.2019.42.15>
- Гупаловська В. (2010). Гендерні детермінанти суб'єктивного благополуччя жінок: теоретичний аналіз / Соціогуманітарні проблеми людини. 4. 208-221.
- Дорожкіна І. В. (Ред.) (2009). Сучасна українська сім'я: гендерні проблеми та шляхи їх подолання. Матеріали обласної науково-практичної конференції.
- Лавриненко Н. В. (1999). Женщина: самореализация в семье и обществе (гендерный аспект). ВИПОЛ.
- Леонтьев Д. А. (1992). Тест смысловых ориентации (СЖО).
- Пауэлл Дж. (1993). Полнота человеческой жизни (Л. И. Василенко. Пер.) Общественный православный университет, основанный протоиереем Александром Менем.
- Раєвська Я. М. (2013). Феномен дистантної сім'ї та її вплив на особистість. Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. 5(6). 20-25.
- Ткалич М. Г. (2012). Соціально-психологічні особливості гендерної взаємодії в організації. Проблеми сучасної психології. 1. 46-52.
- Турецкая Г. В. (1998). Страх успеха: психологическое исследование феномена. *Психологический журнал*. 19. 37-46.
- Фетискин Н. П., Козлов В. В. & Мануйлов Г. М. (2009). Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. Москва издательство Института Психотерапии.
- Щербич Л. И. (1999). Карьера женщины: её смысл и значение. Самара.

REFERENCES

- Bondarchuk O. (2001). Family psychology: a course of lectures. (in Ukrainian)
- Dorozhkina I. (Ed.) (2009). Modern Ukrainian family: gender issues and ways to overcome them. Materials of the regional scientific-practical conference. (in Ukrainian)
- Emmanuel, E.N., Creedy, D.K., St John, W., Brown, C. (2011). Maternal role development: The impact of maternal distress and social support following childbirth. *Midwifery*, 27(2), 265-272. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2009.07.003>
- Fetiskin N., Kozlov V. & Manuilov G. (2009). Socio-psychological diagnosis of personal development and small groups. Moscow Publishing House of the Institute of Psychotherapy. (in Russian)
- Fortin N. (2005). Gender role attitudes and the labour-market outcomes of women across OCED countries *Oxford Review of Economic Policy*, 21 (3), 416-438. <https://doi.org/10.1093/oxrep/gri024>
- Gash, V. (2009). Sacrificing their Careers for their Families? An Analysis of the Family Pay Penalty in Europe. *Social Indicators Research*, 93(3), 569-586. <https://doi.org/10.1007/s11205-008-9429-y>
- Gauthiera A.H., Emeryb T., Bartovac A. (2016). The labour market intentions and behaviour of stay-at-home mothers in Western and Eastern Europe. *Advances in Life Course Research*. 30, 1-15. <https://doi.org/10.1016/j.alcr.2015.12.002>
- Govorun T., Kikinezhdi O. (1999). Gender and sexuality. Psychological perspective. Ternopil: Textbook Bogdan. (in Ukrainian)
- Grauvogl A. (2017). The Predicting Value of Personality and Psychological Well-Being Regarding Sexual Functioning in Women. *The Journal of Sexual Medicine*. 14(5-4), 256-257. <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2017.04.263>
- Gridkovets L. (2004). The alphabet of married life. Family home. (in Ukrainian)
- Gridkovets L. (2006). Psychological principles of overcoming unemployment among mothers with many children. Psychology of the personality of the unemployed. Materials of the III All-Ukrainian scientific-practical conference. 154-159. (in Ukrainian)
- Gridkovets L. (2019). Some results of longitudinal research of psychological and pedagogical factors of family determination of personal crises. *Herald of Kyiv Institute of Business and Technology*, 42 (3), 95-101. <https://doi.org/10.37203/kibit.2019.42.15> (in Ukrainian)
- Gupalovska V. (2010). Gender determinants of women's subjective well-being: theoretical analysis. Socio-humanitarian problems of man. 4. 208-221. (in Ukrainian)
- Iaizzo R.S., Diez M.L., Fernández N.P. (2021). Psychological well being and fertility: habits that increase happiness in women increase their reproductive capacity. *Fertility and Sterility*. 116(3), 366-367. <https://doi.org/10.1016/j.fertnstert.2021.07.984>

- Kuipers Y. J., Beeck E., Gils Y. (2021). The impact of motherhood on the course of women's psychological wellbeing. *Journal of Affective Disorders Reports*. 6, 100216. <https://doi.org/10.1016/j.jadr.2021.100216>
- Lavrinenko N. (1999). Woman: self-realization in the family and society (gender aspect). *VIPOI*. (in Russian)
- Leontiev D. (1992). Meaning of life-sense orientation (SMO). (in Russian)
- Narcisoa I., Relvasb A.P., Ferreira L.C., Vieira-Santosa S, Fernandes M., Santa-BárbaraInês S., Machado I. (2018). Mapping the "good mother" – Meanings and experiences in economically and socially disadvantaged contexts. *Children and Youth Services Review*. 93, 418-427. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2018.08.029>
- Powell J. (1993). *The Completeness of Human Life* (L. Vasilenko. Trans.) Public Orthodox University, founded by Archpriest Alexander Mene. (in Russian)
- Raevskaya Ya. M. (2013). The phenomenon of a distant family and its impact on the individual. Collection of scientific works of K-PNU named after Ivan Ogienko, Institute of Psychology named after GS Kostyuk NAPS of Ukraine. 5 (6). 20-25. (in Ukrainian)
- Ryff C. D., Keyes C. L. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journ. Pers. Soc. Psychol.* 69. 719-727
- Ryff C. D., Singer B. (1996). Psychological well-being: meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychother Psychosom.* 65(1):14-23. <https://doi.org/10.1159/000289026>.
- Shcherbich L. (1999). A woman's career: its meaning and significance. Samara. (in Russian)
- Steiber N. & Haas B. (2012). Advances in explaining women's employment patterns. *Socio-Economic Review*. 343-367. <https://doi.org/10.1093/ser/mwr039>
- Tkalich M. (2012). Socio-psychological features of gender interaction in the organization. *Problems of modern psychology*. 1. 46-52. (in Ukrainian)
- Turkish G. (1998). Fear of success: a psychological study of the phenomenon. *Psychological Journal*. 19. 37-46. (in Russian)
-