

ГЕНДЕРНІ ВІДМІННОСТІ У ПРАГНЕННІ ДО САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ

ЗМІСТ

Вступ.....	3
Розділ I. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ГЕНДЕРНИХ ВІДМІННОСТЕЙ У ПРАГНЕННІ ДО САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ	
1.1. Теоретичні підходи до вивчення феномену самоактуалізації.....	6
1.2. Поняття гендеру в сучасній науковій парадигмі.....	13
Висновки до Розділу I.....	19
Розділ II. МЕТОДИ ТА МЕТОДИКА ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ВІДМІННОСТЕЙ У ПРАГНЕННІ ДО САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ	
2.1. Методичні підходи до організації емпіричних досліджень гендерних особливостей особистості.....	20
2.2. Методичні підходи до організації емпіричних досліджень прагнення до самоактуалізації.....	26
2.3. Методика та організація дослідження гендерних відмінностей у прагненні до самоактуалізації.....	33
Висновки до Розділу II.....	35
Розділ III. РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ВІДМІННОСТЕЙ У ПРАГНЕННІ ДО САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ, ЇХ АНАЛІЗ ТА ІНТЕРПРЕТАЦІЯ	
3.1. Аналіз результатів дослідження маскулінності-фемінності за методикою С.Бем.....	36
3.2. Аналіз результатів дослідження рівня самоактуалізації досліджуваних за методикою «Діагностика самоактуалізації особистості – САМОАО».....	38
3.3. Аналіз гендерних відмінностей у прагненні до самоактуалізації.....	43
3.4. Аналіз результатів асоціативного експерименту.....	54
Висновки до розділу III.....	67
Підсумки.....	71
Список використаних джерел	74
Додатки	

ВСТУП

Актуальність дослідження: У сучасному суспільстві відбуваються бурхливі зміни, що мають своїми наслідками, зокрема, перебудову соціальних зв'язків, стирання жорстких меж між традиційними гендерними ролями. Особи чоловічої статі завжди мали значно ширші можливості для реалізації свого внутрішнього потенціалу, тоді як можливості самореалізації жінок лишалися досить обмеженими. Як наслідок, переважну більшість соціально значимих особистостей складають чоловіки (лауреати Нобелівської премії, видатні науковці, політики тощо.) Внаслідок емансипації, сексуальної революції та діяльності феміністського руху спектр свобод для жінок значно розширився. Проте у сучасному суспільстві чоловіки складають більшість у органах влади, займають основні керівні посади та мають переваги у кар'єрному зростанні. Тобто, попри зміни гендерних ролей та стереотипів, процес розкриття своїх внутрішніх потенційних можливостей у чоловіків та жінок має певні відмінності.

Дослідженнями прагнення до розкриття своїх внутрішніх потенційних можливостей займалися такі дослідники як А.Маслоу (самоактуалізація), А.Адлер (прагнення до досконалості), К.Роджерс (прагнення до самореалізації), К.Г.Юнг (індивідуація), а також сучасні українські дослідники О.Яремчук (самоактуалізація, саморозвиток), С.Максименко (самоздійснення) та ін. Дослідженням гендеру займалася низка вчених, серед яких такі дослідники як Є.П. Ільїн (соціальна природа гендеру), Ш.Берн (підпорядкування гендерним нормам), Є.Ніколаєва (психофізіологічна детермінація гендерних відмінностей), С. Бем (теорія гендерних схем). Проблема гендерних відмінностей у прагненні до самоактуалізації висвітлена у наукових джерелах недостатньо широко, вона є актуальною і тому потребує детального вивчення.

Об'єкт дослідження: самоактуалізація особистості.

Предмет дослідження: гендерні відмінності у прагненні до самоактуалізації.

Гіпотеза дослідження:

Існують гендерні відмінності у прагненні до самоактуалізації.

Рівень прагнення до самоактуалізації у осіб з високим рівнем розвитку маскулінності є вищим.

Мета: визначити особливості прояву гендерних відмінностей у прагненні до самоактуалізації.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати наукову літературу з питань гендерних відмінностей у прагненні до самоактуалізації. Розглянути основні підходи до вивчення самоактуалізації у світовій та вітчизняній психології, описати поняття та характеристики самоактуалізації. Проаналізувати підходи до визначення понять «гендер», «гендерні відмінності», «гендерні стереотипи».
2. Емпірично дослідити особливості гендерних відмінностей у прагненні до самоактуалізації.
3. Проаналізувати особливості прояву гендерних відмінностей у прагненні до самоактуалізації.

Методологічні та теоретичні основи дослідження:

Теорія самоактуалізації А. Маслоу, теоретичні нароби К. Роджерса (прагнення до самореалізації), погляди С.Д.Максименка на особистість, що самоактуалізується, підхід до вивчення гендеру С. Бем (теорія гендерних схем).

Методи та організація дослідження:

Теоретичні: аналіз та систематизація наявних у психологічній науці знань з питань вивчення феномену самоактуалізації та гендерних відмінностей у його прояві. Емпіричні: було використано психодіагностичний метод, зокрема тестування (*опитувальник «Маскулінність-фемінність» С. Бем*, з метою вимірювання ступеня прояву маскулінності-фемінності в кількісному вигляді та *«Діагностика самоактуалізації особистості – САМОАО» (А.В. Лазукіна, в адаптації Н.Ф. Каліної)* з метою вивчення самоактуалізації особистості та особливостей її прояву, психосемантичний метод

(асоціативний експеримент), спрямовані на вимір рівня прояву маскулінності\фемінності у досліджуваних та вивчення рівня самоактуалізованості особистості та особливостей його прояву. Для обробки результатів дослідження застосовано методи математичної статистики: коефіцієнт кореляції Пірсона (обчислення у програмі Microsoft Office Excel 2003), який був використаний для визначення рівня кореляції між гендерними особливостями особистості та ступенем прояву самоактуалізованості.

Надійність і вірогідність:

Надійність і вірогідність результатів дослідження забезпечувалась репрезентативністю вибірки, застосуванням методів відповідних меті й завданням дослідження.

Наукова новизна та теоретичне значення дослідження: дослідження гендерних відмінностей у прагненні до самоактуалізації проводиться вперше у даних культурно-історичних умовах.

Практичне значення: результати дослідження можуть бути корисними для практичних психологів, психологів-консультантів, психологів у закладах освіти, а також можуть бути використаними для психологічної просвіти та подальших теоретичних розробок в галузі гендерної психології.

Апробація: результати бакалаврської роботи були опубліковані у збірнику: Психологічні дослідження: наукові праці студентів соціально-психологічного факультету. Випуск 5. / за ред. О.Л. Музики, Ю.Ю. Дем'янчук. – Житомир, 2013. – с. 54 – 58.

Розділ I. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ГЕНДЕРНИХ ВІДМІННОСТЕЙ У ПРАГНЕННІ ДО САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ

1.1. Теоретичні підходи до вивчення феномену самоактуалізації.

Самоактуалізація – це процес розгортання та дозрівання початково закладених в організмі й особистості задатків, потенцій та можливостей [20].

Потреба в самоактуалізації – це потреба у реалізації своїх здібностей та талантів, творчого потенціалу, втілення «себе». Потреби даного рівня можуть бути реалізовані лише за умови задоволення потреб, що лежать у нижчих рівнях. Тому самоактуалізації досягає лише невеликий відсоток людей (приблизно 1%). Такі люди володіють особистісними характеристиками, якісно відмінними від особливостей невротиків та людей, які не досягли такого рівня зрілості: незалежністю, креативністю, філософським світоглядом, демократичністю в стосунках, продуктивністю у всіх сферах діяльності та т.п. [1].

У сучасній науковій парадигмі існує декілька теорій, які пояснюють феномен самоактуалізації та його особливості.

Вперше поняття «самоактуалізація» звучить у роботах К. Гольдштейна. Воно трактувалося як основний і по суті єдиний мотив діяльності людини. Те, що може здатися при першому погляді діями, викликаними іншими мотивами, - лише прояви головної сили життя - самоактуалізації. Самоактуалізація - це дії, спрямовані на задоволення потреб. «Коли людина відчуває голод, вона актуалізується за допомогою їжі; якщо вона жадає влади, вона актуалізується, знаходячи її. Задоволення будь-якої окремої потреби виходить на сцену тоді, коли це є передумовою для самореалізації всього організму. Самоактуалізація - творча тенденція людської природи. Вона - основа розвитку та удосконалювання організму». [2].

К. Гольдштейн вважає несвідому мотивацію нижчою за статусом у порівнянні зі свідомою. Несвідоме - це фон, в який свідомий матеріал відступає тоді, коли він марний для самореалізації в конкретній ситуації; матеріал може бути витягнутий з несвідомого в той момент, коли він стає

потрібен. Якщо це викликає труднощі, то справа може біти у хворобі. Гольдштейн припускає, що перешкоди для самоактуалізації можуть виникнути тому, що в середовищі не знаходиться тих об'єктів і умов, які необхідні для її здійснення. Нормальний, здоровий організм - це той, в якому тенденція до самоактуалізації діє зсередини і який подолавши певні складності, що виникають через зіткнення із зовнішнім світом не на основі тривоги, але завдяки радості перемоги. [2].

Надалі феномен самоактуалізації почали розглядати представники психодинамічного напрямку.

Так аналітична психологія розглядає психіку як таку, що включає в себе свідоме, індивідуальне й колективне несвідоме. К. Юнг у своїй теорії розглядає поняття «індивідуалізація» як процес, що породжує психологічного індивіда, тобто окрему, неділиму єдність, певну цілісність.

Індивідуація – це процес розвитку цілісної особистості, який не може відбуватися у стані ізоляції та передбачає певний рівень опозиції по відношенню до соціальних норм. Сутність цього процесу заключається в тому, що Самість повинна позбавитись від всього помилкового, що є в Персоні, та перебороти те, що силою нав'язано архетипами [3].

Індивідуація, за К. Г. Юнгом, це розкриття початкової вродженої недиференційованої цілісності. Для цього необхідно, щоб різні системи особистості диференціювалися і повністю розвинулися. Якщо будь-яка частина особистості заперечується, заперечується і розвиток, менш розвинуті системи будуть діяти як центри супротиву, які намагаються захватити енергію більш розвинутих. Якщо заперечень забагато, людина стає невротиком. Це відбувається, якщо архетипам не дозволено проявлятися через свідоме его, або коли покрив Персони настільки щільний, що інша особистість задихається. Коли внутрішнє різноманіття досягнуто – диференційовані системи інтегруються за допомогою трансцендентної функції, яка наділена властивістю поєднувати протилежні тенденції та діяти

в напрямку ідеальної цілі – самореалізації. Поняття самореалізації Юнга є дотичним до поняття самоактуалізації, хоча вони мають істотні відмінності:

1. Індивідуація не передбачає розчинення особистості в діяльності чи суб'єкті, але навпаки, це процес послідовного самовичленення із суспільства. В теорії Маслоу само актуалізовані люди мають тенденцію розчинюватися в улюбленій діяльності чи улюблених людях.
2. Особистість і Самість як центр особистості в теорії Юнга є результатом суттєвих зусиль задля самовибудовування із темних сторін, несвідомого недиференційованого, де немає заданого проекту розвитку, на відміну від самоактуалізації, де все предзадано та цілком свідомо.

На відміну від самоактуалізації, для якої необхідне лише задоволення базових потреб, розвиток особистості в теорії Юнга потребує обов'язкового поєднання ірраціонального потягу, необхідного тиску зовнішніх обставин та свідомого морального вибору людини. [4, 5].

Одне з ключових понять А.Адлера «прагнення до досконалості» є закономірним продовженням поняття «прагнення до влади», яке А.Адлер сформулював, опираючись на філософські ідеї Ніцше. В межах його теорії прагнення до досконалості розглядається як процес постановки й досягнення цілі. Він стверджує, що людина не відштовхується від внутрішніх та зовнішніх причин, а тягнеться вперед, тобто є в постійному русі до досягнення особистісно важливих задач. Отримуючи позитивний результат свого руху, людина не лише підвищує свою самооцінку, але й знаходить своє місце в житті. Загалом позицію А. Адлера можна виразити наступними твердженнями:

1. Життєвий план, стратегія особистості визначається не минулим, а тими цілями, до яких прагне людина. Жорсткого детермінізму немає у сфері психічного.
2. Первинна енергія організму не має сексуального забарвлення, вона є початково прагненням до влади. У сприятливих умовах, або навіть

тоді, коли умови не зовсім вдалі, людина, опираючись на здоровий глузд, може розвинути в собі якості, яких їй бракує, сформулювати оптимальний життєвий стиль та трансформувати енергію прагнення до влади в енергію прагнення до досконалості.

3. Людина початково, від природи наділена вродженим «соціальним почуттям»: прагненням до фізичного контакту, емоційної прив'язаності, дружньої інтегративності. [6].

Генетичний фактор в теорії А. Адлера не розглядається так детально, набагато важливішим він вважає стиль життя, який формується за участі соціуму. Генетично обумовленим Адлер вважає «соціальне почуття», всі інші якості людина може набути в процесі життя та розвитку [7], [6].

Теорія самоактуалізації є ключовим системоутворюючим елементом гуманістичного напрямку в психології. Основоположною для гуманістичного напрямку є ідея про те, що усвідомлене прагнення до максимально можливого розкриття свого людського потенціалу і його реалізації в практичній життєдіяльності на благо суспільства шляхом самоактуалізації є необхідним чинником повноцінного розвитку людини. [8].

Поняття самоактуалізації розглядається в межах гуманістичної теорії К.Роджерса. На його думку, *прагнення до самореалізації* – це суб'єктна характеристика особистості, що передбачає поступову і безперевну реалізацію своїх внутрішніх потенційних можливостей, їх розгортання у процесі життя, потяг людини до нових вражень заради них самих (а не задля задоволення потреб) [9]. Також, на його думку, цей феномен має вроджений характер для особистості. У даному аспекті його погляд є дотичним до того, як представники інших теорій розглядають даний феномен. Він проводить паралель із рослинами, а точніше із насінням, яке містить в собі задатки повноцінного дерева; так і людина, самоактуалізуючись, реалізує комплекс вроджених задатків та потенцій. К.Роджерс розглядає прагнення до самореалізації як центр, основу формування всіх інших прагнень. Слід відмітити, що ця потреба розглядається в межах його теорії як продукт

фізіологічних процесів організму. Вона спрямована як на зниження напруги індивіда, пошук комфорту та збереження життя, так і на підвищення напруги, адже цього потребує його мотивація до розвитку та покращення [10].

А. Маслоу розглядає поняття «самоактуалізація» як «повноцінний розвиток людини» [11], яке є нормальним для усього людського виду, а також незалежним від часових та просторових характеристик, тобто є у меншій мірі культурно обумовленим. Даний феномен має біологічні передумови та не залежить від історичних, локальних ціннісних моделей. Він також наділений емпіричним змістом та має практичні задачі. [11].

Із цього А. Маслоу робив висновок, що:

1. Людина – це суб'єкт, який володіє «біологічною передумовою» (самістю).
2. Самість – це основа повноцінного розвитку людини. Вона не залежить від історичних, локальних ціннісних моделей, а в більшій мірі пов'язана із біологічною (генетичною) природою людини, ніж з культурно-історичними обставинами.
3. Розвиток – це розгортання задатків, закладених в Самість. Цей процес наділений емпіричним змістом, тобто його можна виявити, описати, виміряти. [7].

Також А. Маслоу виділяє наступні характеристики само актуалізованої людини:

1. Більш ефективно сприйняття реальності.
2. Прийняття себе, інших і природи.
3. Безпосередність, простота і природність.
4. Центрування на проблемі.
5. Незалежність: потреба в самоті.
6. Автономія: незалежність від культури й оточення.
7. Свіжість сприйняття.
8. Вершинні або містичні переживання.
9. Суспільний інтерес.

10. Глибокі міжособистісні відносини.
11. Демократичний характер.
12. Розмежування засобів і цілей.
13. Філософське почуття гумору.
14. Креативність.
15. Опір окультуренню. [12]

Слід наголосити на тому, що А. Маслоу розглядає потребу в самоактуалізації не як прояв чогось вищого по відношенню до людини, а як невід’ємний та природній атрибут біологічної природи людини. Маслоу пише про інстинктивну природу не лише базових потреб, але й метапотреб – вищих цінностей, які, за Маслоу, незалежні від культурного контексту, хоча культурні умови відіграють роль фактора актуалізації цих потреб [13].

Формально видно багато спільного між поняттями «прагнення до досконалості» А. Адлера та «самоактуалізацією» А. Маслоу. Але є й суттєві відмінності:

1. Самоактуалізація – це діяльність. Прагнення до досконалості – мотив.
2. Для того, щоб з’явився мотив «прагнення до досконалості», необхідні попередні умови. Для цього необхідною умовою є виникнення «комплексу неповноцінності», який, при певних умовах, може породити «прагнення до влади, досконалості». Потреба в самоактуалізації, по Маслоу, задана генетично і виникає за умови задоволення «нижчих потреб».
3. «Досконалість», за Адлером - це дуже розмите поняття. Напряму розвитку, росту, визначається наявністю в ситуації розумніших, сильніших людей, які задають орієнтири конкретного етапу розвитку. Маслоу ж висуває думку про генетичну заданість своїх теоретичних положень.

Ряд сучасних українських дослідників звертаються до феномену самоактуалізації у своїх роботах. О. Яремчук розглядає самоактуалізацію як своєрідну інтеграцію культурно-історичних символів, смислів та міфологем

із власним «Я» особистості, що відбувається для того, щоб вдосконалити мотиваційне поле особистості, пробудити потребу в творчості як мета-потребу, реалізувати сутнісну природу людини. Дослідниця розглядає саморозвиток як покращення авторського міфотворення індивіда шляхом діалогу із власним несвідомим та розкриття власної особистості в культурно-історичному просторі [14].

Б. Братиніч та І. Ільченко у своєму дослідженні самоактуалізації особистості в якості основи цілепокладання освітньої діяльності прийшли до висновку, що процес самоактуалізації є включеним в соціокультурно-освітню систему та має дві складові: психосоматичну частину та духовно-моральні орієнтації, цілі та установки людини. Самоактуалізація особистості можлива лише тоді, коли наявний духовний компонент в гармонії особистості [15].

С. Максименко розглядає самоактуалізацію на рівні із саморозвитком, самоздійсненням, самореалізацією та індивідуалізацією. Він розглядає людину, що здійснює процес самореалізації, як таку, що відмовляється від конформізму та актуалізує свою Самість, а саме підсвідоме та над свідоме підґрунтя особистості людини [16]. Дослідник вважає, що самореалізація особистості є, насправді, органічно властивою будь-якій людині (і зовсім недоречними є тези про те, що, ніби-то, дуже невелика кількість людей самореалізується, оскільки це "роблять всі") [17, ст. 168].

Отже, реалізація особистості в житті, розгортання її природних потенцій має ряд ознак. Вони включають соціальну успішність особистості, її психологічні якості та моделі самосприйняття. Самоактуалізація особистості може включати такі сфери як: соціальні характеристики (взаємодія зі соціумом); психологічні якості (безпосередність, демократичний характер); лідерські характеристики (прагнення до влади); прагнення до творчості (креативність); професійна сфера (прагнення до влади); інтелектуальна сфера; самосприйняття тощо.

1.2. Поняття гендеру в сучасній науковій парадигмі, погляди на гендерну ідентифікацію з точки зору різних психологічних теорій

Гендер (Gender). У психології - соціально-біологічна характеристика, за допомогою якої люди дають визначення поняттям «чоловік» і «жінка». Оскільки стать (sex) є біологічною категорією, соціальні психологи часто посилаються на гендерні відмінності, які обґрунтовані біологічно, як на «статеві» [18, ст. 7].

Гендерні відмінні - відмінності між людьми, зумовлені їх статевою приналежністю. Так, вважається, що у чоловіків більш розвинені просторові і математичні здібності, вони агресивніші й більш домінантні, для них значущі професійні ролі, але не доведено, що вони активніші за жінок, самодостатні, незалежні, легко приймають рішення, люблять математику і науку, неемоційні. Жінок характеризують як таких, у яких добре розвинені вербальні здібності, дружелюбність і контактність, які надають перевагу сімейним ролям, але не доведено, що вони більш тривожні, імпульсивні, акуратні, мають самооцінку, нижчу від чоловіків [19].

Є. Ніколаєва підкреслює обумовленість гендерних відмінностей на рівні психофізіології. Психологічну диференціацію Ніколаєва пов'язує з такими положеннями:

1. Статева ідентичність, тобто первинна ідентифікація людини з тією чи іншою статтю, внутрішня потреба бути чоловіком чи жінкою. В еволюційному ряду живих істот вона відзначена тільки у людини.
2. Статеводиморфічна поведінка. Вона проявляється у відмінності поведінкової активності представників різних статей як у людини, так і у вищих тварин. Наприклад, незалежно від виховання в сім'ї, хлопчики більш часто надають перевагу рухливим іграм з можливим проявом агресії, тоді як дівчатка

обирають більш спокійні ігри, де можна виконувати ті чи інші майбутні батьківські функції.

3. Статеві відмінності у пізнавальних, когнітивних процесах, швидкості психічних реакцій, навченості, специфічних інтелектуальних здібностях.
4. Сексуальна орієнтація - еротичний потяг до представника тієї чи іншої статі [20].

Е. Гідденс стверджує, що гендер являє собою культурно обумовлений феномен. Дитина засвоює приклади гендерної поведінки, притаманної даній культурі, від батьків. Крім того, у сприйманні батьками дитини велику роль відіграють гендерні стереотипи, взаємовідносини між матір'ю та дитиною вказують на те, що з хлопчиками та дівчатками батьки спілкуються по-різному, навіть якщо вони впевнені у тому, що поводять себе однаково. Для підтвердження цього автор описує наступний експеримент. В ході експерименту велося спостереження за п'ятьма молодими матерями, яким доручалося доглядати за шестимісячною дитиною на ім'я Бет. Вони, як правило, починали йому часто посміхатися і пропонувати ляльки для ігор. Дитину називали "милою", з "ніжним голосом". На дитину того ж віку, на ім'я Адам, інша група матерів реагувала зовсім інакше. Для ігор йому найчастіше пропонувався поїзд чи інші "хлопчачі" іграшки. У ролі Бет і Адама виступала одна і та ж, по-різному одягнена, дитина. Не тільки батьки, дідуся та бабусі судять про дітей подібним чином. Так, було проведено дослідження, присвячене аналізу слів, з якими медичний персонал, який приймав пологи, звертався до новонароджених немовлят. Новонароджених хлопчиків найчастіше називали «здорованями», «силачами», а новонароджених дівчаток частіше всього називали «лапочками», «ніжними», хоча вони практично не відрізнялися від хлопчиків за зростом і вагою [21].

Є.П. Ільїн наголошував на соціальній природі гендеру. Він це тлумачить тим, що «генітальна зовнішність», детермінуючи акушерську (паспортну) стать немовляти, задає дорослим певну програму його

виховання. Відбувається навчання дитини статевій ролі відповідно до культурних традицій суспільства, до якого вона належить. Сюди входить система стереотипів «маскулінності» і «фемінінності», тобто уявлення про те, якими є або повинні бути чоловіки та жінки [22].

Гендерні стереотипи - стандартизовані уявлення про моделі поведінки та риси характеру, відповідні поняттям «чоловіче» і «жіноче» [19].

Гендерні стереотипи доцільно розглядати з двох позицій: у чоловічій та жіночій самосвідомості, з одного боку, і в колективній суспільній свідомості - з іншого.

Ряд досліджень гендерних стереотипів дозволяє зробити два важливі висновки. Перший з них полягає в тому, що гендерні стереотипи сильніше расових. Другий висновок щодо гендерних стереотипів полягає в тому, що існують сильні гендерні стереотипи, і члени групи, щодо яких ці стереотипи діють, приймають ці стереотипи.

У дослідженні Кей До і Тіма Емсвейлера [23] це переконливо продемонстровано. Їх експеримент полягав у наступному: студентів і студенток познайомили з вельми успішними результатами, яких домогся їх колега (чоловік або жінка) при виконанні складного завдання. Після цього випробовуваних просили висловити власну думку про те, що, з їхньої точки зору, послужило причиною успіху. Виявилось, що і студенти, і студентки приписували досягнення чоловіка майже виключно його здібностям, в той час як на успіхи жінки, за оцінками обох груп, більше вплинула удача [24].

Важливо окреслити типи особливості підпорядкування гендерним нормам. Ш. Берн виділяє відповідні їм три типи:

- поступливість, що характеризується конформним підпорядкуванням соціальним нормам (людина не сприймає їх, але змінює свою поведінку у відповідність з ними, щоб уникнути покарання й отримати соціальне схвалення);

- схвалення (інтерналізація), яке автор тлумачить як таке підпорядкування, коли людина повністю згодна з гендерними нормами;
- ідентифікація, що в своїй основі має повторення дій ролевої моделі (чоловіка, жінки, батька, матері) [18].

Повертаючись до соціальної обумовленості гендера, слід зазначити про стадіальний характер гендерної ідентифікації. Кожен автор виділяє різну кількість стадій гендерної ідентифікації. С. Томпсон виділяє в ранньому розвитку статевої ролі три етапи:

- дитина дізнається, що існує дві статі.
- вона включає себе в одну з цих категорій.
- на основі самовизначення вона керує своєю поведінкою, обираючи нові форми поведінки [25].

На основі цього, у хлопчиків та дівчаток формуються різні риси характеру. У ході своїх досліджень А.Визгіна та С.Пантилєєв отримали наступні відмінності самоопису чоловіків та жінок:

- Чоловік. Прагне стримувати свої емоційні прояви, не схильний до спонтанного саморозкриття, має «захисний панцир» з норм і правил (емоційність, відкритість, індивідуалізованість мови можуть бути показниками якогось психологічного неблагополуччя, дезадаптації, або емоційної нестабільності, або невідповідності стереотипам мужності); відчуває себе «в порядку», будучи інтегрованим у групу; діяльнісно орієнтований, для нього важливе відчуття суб'єктності, власної ролі в досягненні успіху; схильний до об'єктивізму, спирається на факти; поважає себе, якщо відповідає соціально-бажаним характеристикам.
- Жінка. Орієнтована на міжособистісне спілкування; їй органічно притаманна здатність до емоційності, що залучає увагу оточуючих, виразної позиції; вираженість цієї здатності говорить про її психічне благополуччя і про високий рівень соціальної адаптації (її відсутність говорить або про некомунікабельність, або про тривожність і

непевненість у собі, або про надмірну мужність); вона дещо імпульсивна, схильна до суб'єктивізму, суворе слідування соціальним бажанням сприймається нею як насильство над власним Я і веде до самовідчуження; її самоставлення більш цілісне, менше залежить від соціальної бажаності і носить самопрезентаційний характер [26].

Натомість О. Вейнінгер стверджує, що розглядати чоловіків та жінок слід не як ізольовані полюси, а ніби як дві субстанції, які в найрізноманітніших співвідношеннях розподілені у всіх живих індивідах, причому коефіцієнт кожної субстанції ніколи не може дорівнювати нулю. Можна навіть сказати, що у світі немає ні чоловіка, ні жінки, а є тільки мужнє і жіночне. Тому індивідів А чи В не слід просто позначати ім'ям «чоловік» або «жінка», а потрібно вказати, скільки частин того й іншого містить у собі кожен з них [27].

Теорія когнітивного розвитку, або теорія самокатегоризації, головним у процесі гендерної ідентифікації вважає одержувану дитиною від дорослого інформацію про статевоюльову поведінку і розуміння дитиною своєї статевої приналежності і її незворотності. Гендерна константність спонукає дітей шукати соціальні контакти для збору інформації про поведінку, відповідну до їх статі. Ця теорія наголошує на пізнавальній стороні процесу ідентифікації. Спочатку дитина дізнається, що означає бути чоловіком чи жінкою, потім визначає, хто вона є, і далі намагається узгодити свою поведінку з уявленнями про чоловіка або жінку. Звідси і важливість для статевої ідентифікації інтелектуального розвитку дитини [22].

Проте слід зауважити, що статева диференціація поведінки починається у дітей набагато раніше, ніж у них складається стійке усвідомлення своєї статевої ідентичності.

Теорія гендерних схем, розроблена С. Бем, містить деякі риси теорії когнітивного розвитку. З позицій цієї теорії, засвоєння й прийняття установок, пов'язаних з виконанням певної гендерної ролі, здійснюється в процесі первинної соціалізації. Передбачається, що статева диференціація і

типизація є результатом гендерно-схематизованої переробки інформації, пов'язаної з поняттями «чоловіче» і «жіноче». Орієнтуючись на дорослих, дитина навчається вибирати з усіх можливих визначень "Я" тільки ті, які застосовні до його статі. Сприймаючи нову інформацію (включаючи і нове знання про себе), дитина кодує і організовує її відповідно до заданих ззовні гендерних схем, тобто домінуючих культурних уявлень про мужність і жіночність та ролей чоловіка і жінки в суспільстві. Таким чином, і самооцінка дитини, і її поведінка в істотній мірі визначаються змістовним компонентом гендерної схеми [28].

Висновки до Розділу I

Аналіз теоретичних джерел дає змогу зробити наступні висновки.

Самоактуалізація – це процес розгортання та дозрівання початково закладених в організмі й особистості задатків, потенцій та можливостей. Феномен самоактуалізації широко розповсюджений у психологічній науковій парадигмі та вивчається такими дослідниками як А.Маслоу (самоактуалізація), А.Адлер (прагнення до досконалості), К.Роджерс (прагнення до самореалізації), К.Г.Юнг (індивідуація), а також сучасними українськими дослідниками О.Яремчук (самоактуалізація, саморозвиток), С.Максименко (самоздійснення) та ін. Реалізація особистості в житті, розгортання її природних потенцій має ряд ознак. Вони включають соціальну успішність особистості, її психологічні якості та моделі само-сприйняття. Самоактуалізація особистості може включати такі сфери як: соціальні характеристики (взаємодія зі соціумом); психологічні якості (безпосередність, демократичний характер); лідерські характеристики (прагнення до влади); прагнення до творчості (креативність); професійна сфера (прагнення до влади); самосприйняття тощо.

Проаналізовано основні підходи до вивчення гендеру та гендерних відмінностей у психології.

Гендер – це соціально-біологічна характеристика, за допомогою якої люди дають визначення поняттям «чоловік» і «жінка». Оскільки стать (sex) є біологічною категорією, соціальні психологи часто посилаються на гендерні відмінності, які обґрунтовані біологічно, як на «статеві». Дослідженням гендеру займалася низка вчених, серед яких такі дослідники як Є.П. Ільїн, Ш.Берн, Є.Ніколаєва, С. Бем, та інші. Під час їх досліджень було виявлено низку гендерних стереотипів та характеристик, які впливають на соціалізацію та самоактуалізацію особистості. Гендерний аспект самоактуалізації є недостатньо вивченим та потребує детальніших досліджен

Розділ II. МЕТОДИ ТА МЕТОДИКА ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ВІДМІННОСТЕЙ У ПРАГНЕННІ ДО САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ

2.1. Методичні підходи до організації емпіричних досліджень гендерних особливостей особистості

У психології існує низка цікавих досліджень гендерної проблематики.

Т.Резвушкіна провела пілотажне дослідження гендерних стереотипів, використовуючи метод семантичного диференціалу. Дослідниця ставила на меті апробацію даного методу, виділяючи наступні цілі: розробити інструментарій пілотажного дослідження, апробувати його на вибірковій сукупності і проаналізувати отримані результати. Для відбору об'єктів оцінювання та визначення метафоричних ознак, що характеризують сприйняття цих об'єктів, були використані російські народні прислів'я та приказки. Вибір прислів'їв і приказок був обумовлений тим, що в них латентно фіксуються стереотипи свідомості, в тому числі гендерні. Відбір респондентів проводився за наступними критеріями. Учасниками дослідження були особи обох статей, для яких російська мова є рідною. Обумовлено це тим, що семантичний простір було змодельовано на основі російських народних прислів'їв і приказок. Віковий склад випробовуваних коливався від 17 до 25 років. Було опитано студентів 1-го, 2-го, 3-го курсів. Всього 100 осіб. Вибір інформантів даної вікової групи має певний сенс. До вказаного віку становлення особистості в основному завершується і змістовне наповнення, тобто словниковий запас, ієрархія ціннісних категорій, прагматичні установки, мовні здібності у більшості людей залишаються відносно стабільними протягом життя. Отже, аналізуючи гендерні стереотипи, можна прогнозувати стан свідомості суспільства на найближче майбутнє. Аналіз отриманих даних показав, що гендерні стереотипи сучасних студентів відображають традиційні цінності та ідеали, хоча до них домішуються і нові погляди на гендерні ролі. Як і раніше, вважається, що жінка повинна бути перш за все красивою, а чоловік - розумним.

Дослідження показало спільність і чоловічих, і жіночих асоціацій щодо об'єктів «жіночність» і «краса». Дані характеристики найбільш тісно асоціюються з жінкою як у чоловіків, так і у жінок. Збільшилася значимість такого об'єкту як «розум», самі жінки частіше ототожнювати себе з цією характеристикою. У чоловіків «жіночність» і «влада» знаходяться на досить близьких позиціях, що говорить про визнання чоловіками того факту, що жінка має владу, знаходиться у владі і може прагнути до володіння владою. Незначні зміни у поглядах чоловіків про призначення жінок говорять про переплетення, поєднання традиційних поглядів із сучасними; про визнання жіночих можливостей і чоловічих слабостей [29].

Г.Е. Крейдлін провів дослідження посмішки як жесту та як слова, звертаючи увагу на гендерний аспект, використавши асоціативний експеримент. Інформантам пропонувалося за короткий проміжок часу написати реакції на чотири стимули: "російський", "російська", "німець", "німкеня». Примітно те, що тільки в п'яти анкетах із 1079 російська жінка асоціюється з посмішкою, наприклад, зафіксовані такі реакції жінок: усміхнена (2), усміхнена, посмішка, добродушна усмішка. На стимул "російська" зафіксована одинична реакція жінок: ніжна посмішка. Водночас німець і німкеня, на думку інформантів, посміхаються частіше, ніж росіяни, зафіксовані такі реакції на стимул "німець" : усміхнений (4), посмішка, часто посміхається, з посмішкою (реакції жінок), в деяких анкетах уточнюється характер посмішки німця, наприклад: посмішка (без приводу) (жінки), тупа ввічлива посмішка (чоловіки). На стимул "німкеня" зафіксовані наступні реакції інформантів: посмішка (3), широка / сліпуча усмішка (чоловіки); усміхнена (4), усміхається (3), любить усміхатися, посмішка, часто посміхається, награна посмішка (жінки). В результаті даного експерименту був зроблений висновок про те, що при описі представників німецької нації спостерігається досить значне число реакцій, що відносяться до підгрупи "посмішка". У даній ситуації необхідно підкреслити, що посмішка «є виключно важливим соціальним і культурним феноменом. У першу чергу це

пов'язано із збільшенням числа і значимості соціальних і культурних ритуалів у сучасному суспільстві» [30, ст. 72].

На противагу психосемантичним дослідженням, метою яких є занурення у семантичні конструкції конкретного індивіда, при дослідженні гендерних стереотипів досить доцільним методом може виступати метод контент-аналізу друкованих видань. Оскільки феномен гендерного стереотипу носить характер суспільного утворення, дослідження друкованих видань на предмет даного феномену є достатньо репрезентативним, так як показує його особливості у конкретному культурно-історичному аспекті.

Н.Г.Малишева, досліджуючи гендерні стереотипи в молодіжних засобах масової комунікації, використала метод контент-аналізу, який являється найбільш популярним при дослідженні друкованих видань. Отримані в результаті дослідження дані дають можливість глибше зрозуміти, яка інформаційна середовище створюється для російських підлітків і юнацтва, які проблеми і питання вважаються для них значущими і привертають увагу аудиторії. З одного боку, виявляється значна подібність в приписуваних чоловікам і жінкам якостях, що може стати основою для егалітарних гендерних уявлень. З іншого боку виявлені і тенденції, які можуть мати негативні соціальні та особистісні наслідки. Так, наприклад, велика увага до зовнішності жінки сприяє закріпленню уявлень про неї як сексуальний об'єкт і в юнаків, і у дівчат. Ймовірно, це може стати джерелом таких проблем, як складності у побудові міжособистісних відносин, сексуальне насильство, нестійкість самооцінки дівчаток-підлітків і розладів харчової поведінки (анорексії і булімії). Образи чоловіків орієнтовані на соціальні ролі, але при цьому, в якості найбільш значимої сфери їх реалізації розглядається тільки професійна діяльність. Таким чином, молодим людям транслюється ідея про те, що їх соціальна цінність визначається соціальним становищем, успішністю на роботі і, як наслідок, величиною їх заробітку. Це може призводити до відмови від творчої самореалізації, появи компенсаторної мужності, утруднень в освоєнні подружніх і батьківських ролей,

психологічної відсутності в сімейних відносинах і взаємодіях з власними дітьми і т.п [31].

Слід відмітити перевагу тестового методу в порівнянні із психосемантичним. На відміну від останнього, тестовий метод дає нам чітке бачення гендерних характеристик особистості, виключаючи можливість впливу особистісних переконань дослідника при інтерпретації даних.

Л. Ожигова при дослідженні характеру впливу гендеру на самоактуалізацію жінки на різних етапах професіоналізації, а також визначенні обумовлених гендером стратегій професіоналізації жінки у педагогічній діяльності використала психодіагностичні методи - Самоактуалізаційний тест (САТ) - модифікований варіант опитувальника особистісних орієнтацій Е. Шострома; тест-опитувальник діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі в модифікованому варіанті Л.М. Субчик та методику «Хто Я?» (Модифікований варіант). В ході дослідження вона отримала такі результати:

1. Особистісні характеристики жінок, виявлені в ході визначення самоактуалізації, співставні з традиційним описом жінки і не змінюються в ході її професійного становлення. Це визначає специфічну форму самоактуалізації жінок, яка полягає в орієнтації жінки на область міжособистісних відносин. Для різних груп жінок, що знаходяться на різних етапах професіоналізації (початок навчання - студентки, практична діяльність - педагоги та освоєння суміжної спеціальності - завучі) спільним є те, що провідним сенсом в самоактуалізації жінки вважають можливість транслювати власні сутнісні сили в область міжособистісних відносин через орієнтацію на зовнішню позитивну оцінку і особистісні «вклади» в інших (персоналізацію). Тобто особливістю самоактуалізації жінки є її гендерна обумовленість, оскільки саме область міжособистісних відносин у традиційному культурному зразку гендерної поведінки є сферою докладання сил жінки.

2. Виявлені особливості самоактуалізації жінки пояснюють наявність специфічних стратегій професіоналізації жінок: відмова від професіоналізації на користь гендерної ролі; підпорядкування професійних прагнень гендерної ролі; орієнтація на суміщення професійної та гендерної ролі; Вибір професійного просування за підтримки сім'ї. При видимому розходженні стратегії професіоналізації жінок, загалом, спрямовані на подолання суперечності між гендерної та професійної ролями, де професійна роль носить другорядний характер у ціннісній картині світу жінок і підпорядкована гендерній. Постійне співвіднесення стратегій професіоналізації з гендерною роллю створює умови для напруги в особистості, незадоволеності і обмежує жінку в самореалізації: професійні цілі або відсутні, або постійно відсуваються жінками, або досягнення їх переживається як занадто «проблемне».
3. Виявлено, що в ході професіоналізації жінка інтегрує різні уявлення: у процесі професійного становлення відбувається узгодження гендерних та професійних уявлень особистості про себе. Цей процес має певні особливості:
 - На стадії професійного навчання (студентки) узагальнені особистісні профілі «гендер» і «професіонал» жінок мають більшу розбіжність, ніж на стадіях практичної діяльності (вчителя) і освоєння додаткової, суміжної професії (завучі).
 - Подолання рольового конфлікту між гендерною та професійною роллю здійснюється за рахунок інтеграції професійних і гендерних уявлень, де останні мають формуючий вплив. Гендерні уявлення жінки в процесі професіоналізації у педагогічній діяльності набувають характеристик, співвідносних з існуючим в культурі традиційним уявленням про жінку: орієнтація на будинок і сімейне благополуччя; підпорядкування; готовність жертвувати собою; залежність; неагресивність; пасивність; конформність.

- Гендерний аналіз професійних уявлень особистості також свідчить про наближення змістовних професійних характеристик жінок до традиційного гендерного уявлення про жінку [32].

Для проведення нашого дослідження було обрано методику «Маскулінність-фемінність» С. Бем [33]. Сандра Бем запропонувала дану методику як інструмент діагностування психологічної статі і ступеня андрогінності, маскулінності та фемінності. В опитувальнику міститься 60 характеристик особистості, кожен з яких досліджуваний оцінює з позиції наявності чи відсутності неї у себе («так» чи «ні»).

Маскулінність. До типово чоловічих рис традиційно відносяться такі як незалежність, напористість, домінантність, агресивність, схильність до ризику, самостійність, впевненість у собі та ін. У спеціальних дослідженнях було встановлено, що генералізована спонтанна агресивність, а також сексуальна агресія корелюють з рівнем вмісту андрогенів (чоловічі статеві гормони) у сироватці крові. В іншому дослідженні на вибірці в 191 особу було показано, що маскулінних індивідів відрізняє більша самоповага в цілому, а також більш висока самооцінка в області академічних досягнень і власної зовнішності - фізичне Я.

Фемінність. До типово жіночих рис традиційно відносяться такі як поступливість, м'якість, чутливість, сором'язливість, ніжність, сердечність, здатність до співчуття, співпереживання та ін. Соціальні стереотипи фемінності менше стосуються успішності ділової кар'єри, але при цьому приділяють значну увагу емоційним аспектам .

Андрогінність. У відповідності з існуючими уявленнями індивід не обов'язково є носієм чітко вираженої психологічної маскулінності чи фемінності. В особистості можуть бути на паритетних засадах представлені істотні риси як маскулінного, так і фемінного типів. При цьому передбачається, що у андрогіна ці риси представлені гармонійно і взаємодоповнюють одна одну. Вважається, що така гармонійна інтеграція маскулінних і фемінних рис підвищує адаптивні можливості андрогінного

типу. При цьому велика м'якість, стійкість в соціальних контактах і відсутність різко виражених домінують-агресивних тенденцій у спілкуванні ніяк не пов'язані зі зниженням впевненості в собі, а навпаки проявляються на тлі збереження високої самоповаги, впевненості в собі і самоприйнятті. У дослідженнях було показано, що Андрогіні не поступаються маскулітному типу ні за рівнем самоповаги в цілому, ні за рівнем самооцінки академічних досягнень і власної зовнішності (фізичне Я).

2.2. Методичні підходи до організації емпіричних досліджень прагнення до самоактуалізації

У світовій психології емпіричними дослідженнями проблеми самоактуалізації займався ряд науковців.

Так, О. Мотков, досліджуючи ступінь гармонійності особистості старшокласників і студентів-філософів Російського відкритого університету, використав методiku САТ - самоактуалізаційний тест у варіанті М.В.Загіка [32]. Це вітчизняна модифікація класичного тесту РОІ - Особистісного орієнтаційного опитувальника, розробленого учнем Абрахама Маслоу Евереттом Шостромом в 60-х роках. У своєму дослідженні він прийшов до наступних висновків:

1. У багатьох випадках виміряний за методикою РОІ і САТ високий рівень самоактуалізації є лише частковою самоактуалізацією і не може служити показником загального розвитку особистості. Цей висновок стосується не тільки старшокласників, а й дорослих людей. Обидві ці методики вимірюють швидше сприятливий для самоактуалізації характерологічний потенціал особистості, але не цілісну систему її внутрішньої детермінації.
2. Підтверджено гіпотезу про те, що розвиток особистості має бути, в першу чергу, орієнтовано на досягнення гармонійного процесу самоактуалізації, а не на досягнення максимальних успіхів у реалізації

своїх потенцій. Інакше високі досягнення не приносять задоволення, внутрішнього спокою і радості.

3. Причинами незадоволеності високоактуалізованих учнів є серйозні дисгармонії в їх природному, базовому особистісному потенціалі, в одному або кількох його компонентах, частковість самореалізації. Зовнішні дисгармонії особистості породжуються внутрішніми.
4. Стан і ступінь гармонійності природного потенціалу особистості є головною детермінантою загальних соціокультурних і поведінкових характеристик людини.
5. Гармонійна самоактуалізація включає в себе: структурну гармонійність особистості у вигляді інтеграції внутрішніх потенціалів, встановлення переважно оптимальних співвідношень всередині кожного з трьох компонентів базової особистості і між цими компонентами; емоційну гармонійність у вигляді переважно позитивних психічних станів і емоційного тону життя; процесуальну її гармонійність у вигляді переважно оптимального функціонування - розумного витрачання енергетичних ресурсів, помірної сили бажань, підтримки ігрового елемента в самоактуалізації, врівноваженості різних видів занять і т. п.
6. Рівень гармонійності розвитку особистості може бути теоретично визначений за співвідношенням числа оптимальних і неоптимальних балансів в природному базовому та в Я-потенціалах людини [31].

О. Самаль у своєму дослідженні психологічного змісту самоактуалізації особистості в процесі навчання у ВНЗ використала самоактуалізаційний тест (Л.Я. Гозман, М.В. Кроз, М.В. Латинська), тест-опитувальник «Рівень суб'єктивного контролю» Дж. Роттера (РСК), методику дослідження самоствавлення (С.Р. Пантілеев, В.В. Столін), методику дослідження смисложиттєвих орієнтацій (Д.А. Леонтьєв), опитувальник «Діагностика мотиваційної структури особистості» (В.Е. Мільман), діагностику професійної спрямованості студентів (Т.Д. Дубовицька) та

авторську анкету. Результати роботи дозволили дослідниці зробити наступні висновки:

1. Самоактуалізація особистості у навчально-професійної діяльності – це внутрішня активність суб'єкта з виявлення потенційних можливостей, осягнення власної унікальності, цінності та життєвого призначення, результатом якої є особистісно-професійне самовизначення, формування професійної ідентичності та готовності до майбутньої професійної діяльності. Критеріями самоактуалізації особистості у навчально-професійної діяльності є: осмисленість життя, визнання головними в ній цінностей росту і розвитку; позитивне сприйняття себе, інших, обраної професії, розгляд її як можливості реалізувати власні інтереси, задатки і цінності; інтернальність; креативність; відкритість до життя і готовність постійно вчитися.
2. Структура самоактуалізації студента-психолога включає три компоненти: ціннісно-смысловий, мотиваційно-потребовий, функціонально-регулятивний. Ціннісно-смысловий компонент відображає чіткі смисложиттєві орієнтації і цілі, значимість цінностей росту і розвитку, інтерес до життя, задоволеність власними досягненнями і представлений факторами «Осмислення життя» і «Осмислений самоконтроль». Мотиваційно-потребовий компонент відображає певну ієрархію мотивів, спрямованість особистості на ріст і розвиток або на задоволення загальножиттєвих потреб. Представлений факторами «Мотиваційна спрямованість», «Соціальна успішність», «Потреба в пізнанні» і «Життєзабезпечення». Функціонально-регулятивний компонент забезпечує самоактуалізаційну активність за допомогою позитивного самоствавлення, внутрішнього локусу контролю, подолання фрустрируючих ситуацій, творчої активності. Його структуру складають фактори «Локус контролю», «Фрустрація», «Самоствавлення», «Самоактуалізаційна тенденція». Базовим є ціннісно-смысловий компонент.

3. Рівень професійної спрямованості робить значний вплив на смисложиттєві орієнтації, рівень суб'єктивного контролю та мотиваційну структуру особистості студента. Чим вище рівень професійної спрямованості студента, тим більш усвідомлене, продуктивне життя і вища відповідальність за досягнення в ньому, втілення і реалізацію цілей, цінностей і смислів. У структурі самоактуалізації студентів з високим рівнем професійної спрямованості базовим є функціонально-регулятивний компонент, представлений фактором «Самоактуалізаційна тенденція», що відображає активне прагнення до пізнання та розвитку себе. У студентів з низьким рівнем професійної спрямованості ціннісно-смісловий компонент, представлений фактором «Результативність життя», що відображає незадоволеність досягнутими результатами, невпевненість у самостійній побудові життя, негативне самоствавлення.
4. Оцінка вираженості самоактуалізаційних характеристик дозволила описати способи самоактуалізації студентів різних форм навчання. Студенти денної форми навчання самоактуалізуються через розуміння і осмислення власного життя і відповідальності в певних її областях, що сприяє позитивному сприйняттю і відношенню до себе, віри в свої сили і можливості. Студенти заочної форми навчання само актуалізуються за допомогою активності і творчості в професійній діяльності, осягаючи і застосовуючи психологічні знання з користю для себе та інших, ставлячи чіткі цілі і несучи відповідальність за їх досягнення.
5. Існує взаємозв'язок між рівнем професійної спрямованості та ступенем самоактуалізованості студентів 3-5 курсів заочної та студентів-випускників денної форм навчання: чим вище рівень професійної спрямованості, тим вище ступінь самоактуалізованості. У студентів 2-3-го курсів денної форми навчання у момент кризи навчально-професійної ідентичності та зниження рівня професійної спрямованості спостерігається активізація внутрішніх ресурсів для подолання

труднощів, що виникли, вирішення внутрішніх протиріч, що виражається у зростанні ступеня самоактуалізованості. Криза ідентичності мобілізує і активізує внутрішній потенціал особистості студента [34].

Для проведення дослідження феномену самоактуалізації було обрано методику «Діагностика самоактуалізації особистості – САМОАО» - (А.В. Лазукіна, в адаптації Н.Ф. Каліної). Ця методика має ряд переваг, серед яких наявність шкал, що дозволяють всебічно дослідити поняття самоактуалізації в операціоналізованому вигляді, на відміну від методик, які вимірюють рівень самоактуалізації як середній показник, а також кількісний характер отриманих даних. Це забезпечує високу дослідницьку цінність результатів та значно розширює можливості інтерпретації. Методика має 11 шкал, кожна з яких діагностує рівень прояву окремого аспекту самоактуалізації.

1. *Шкала орієнтації у часі* показує, наскільки людина живе сьогоденням, не відкладаючи своє життя на "потім" і не намагаючись знайти притулок у минулому. Високий результат характерний для осіб, які добре розуміють екзистенційну цінність життя "тут і тепер", здатних насолоджуватися актуальним моментом, не порівнюючи його з минулими радощами і не знецінюючи передчуттям прийдешніх успіхів. Низький результат показують люди, невротично занурені в минулі переживання, із завищеним прагненням до досягнень, недовірливі та невпевнені у собі.

2. *Шкала цінностей*. Високий бал за цією шкалою свідчить, що людина поділяє цінності зрілої особистості, до числа яких А. Маслоу відносив такі, як істина, добро, краса, цілісність, відсутність роздвоєності, життєвість, унікальність, досконалість, звершення, справедливість, порядок, простота, легкість без зусилля, гра, самодостатність. Перевага цих цінностей вказує на прагнення до гармонійного буття і здорових відносин з людьми, які далекі від бажання маніпулювати ними у своїх інтересах.

3. *Погляд на природу людини* може бути позитивним (висока оцінка) або негативним (низька). Ця шкала описує віру в людей, в могутність людських

можливостей. Високий показник може інтерпретуватися як стійка підстава для щирих і гармонійних міжособистісних відносин, природну симпатію до людей, довіру, чесність, неупередженість, доброзичливість.

4. *Висока потреба в пізнанні* характерна для особистості, що само актуалізується, є завжди відкритою до нових вражень. Ця шкала описує здатність до буттєвого пізнання - безкорисливу спрагу нового, інтерес до об'єктів, не пов'язаний прямо із задоволенням будь-яких потреб. Таке пізнання, вважає А. Маслоу, більш точним та ефективним, оскільки його процес не спотворюється бажаннями і потягами, людина при цьому не схильна судити, оцінювати та порівнювати. Вона просто бачить те, що є і цінує це.

5. *Прагнення до творчості або креативність* – неодмінний атрибут самоактуалізації, який просто можна назвати творчим ставленням до життя.

6. *Автономність*, на думку більшості гуманістичних психологів, є головним критерієм психічного здоров'я особистості, її цілісності та повноти. Це поняття тяжіє до таких рис, як «життєвість» та «самопідтримка» (Ф. Перлз), «спрямованість із середини» (Д. Рісмен), «зрілість» (К. Роджерс). Самоактуалізація автономна, незалежна та вільна, однак це не означає відчуження і самотності. У термінах Е. Фромма автономність - це позитивна "свобода для" на відміну від негативної "свободи від".

7. *Спонтанність* - це якість, що випливає з упевненості у собі та довіри до навколишнього світу, властивих людям, що самоактуалізуються. Високий показник за шкалою спонтанності свідчить про те, що самоактуалізація стала способом життя, а не є мрією або прагненням. Здатність до спонтанної поведінки фруструється культурними нормами, у природному вигляді її можна спостерігати хіба що у маленьких дітей. Спонтанність співвідноситься з такими цінностями, як свобода, природність, гра, легкість без зусилля

8. *Саморозуміння*. Високий показник по цій шкалі свідчить про чутливість, сензитивність людини до своїх бажань та потреб. Такі люди є вільні від психологічного захисту, що відокремлюють особистість від власної сутності,

вони не схильні підмінити власні смаки та оцінки зовнішніми соціальними стандартами. Показники за шкалами саморозуміння, спонтанності та аутосимпатії, як правило, пов'язані між собою. Низький бал за шкалою саморозуміння притаманний людям невпевненим, які орієнтуються на думку оточуючих - Д. Рісмен називав таких "орієнтованими ззовні" на відміну від "орієнтованих зсередини".

9. *Аутосимпатія* - природна основа психічного здоров'я та цілісності особистості. Низькі показники мають люди невротичні, тривожні, невпевнені в собі. Аутосимпатія зовсім не означає тупого самовдоволення або некритичного самосприйняття, це просто добре усвідомлювана позитивна Я-концепція, що служить джерелом стійкої адекватної самооцінки.

10. *Шкала контактності* вимірює товариськість особистості, її здатність до встановлення міцних і доброзичливих стосунків з оточуючими. Тут контактність розуміється не як рівень комунікативних здібностей особистості або навичок ефективного спілкування, а як загальна схильність до взаємно корисних та приємних контактів з іншими людьми, необхідна основа синергетичної (тої, що здатна до самоорганізації) установки особистості.

11. *Шкала гнучкості у спілкуванні* співвідноситься з наявністю або відсутністю соціальних стереотипів, здатністю до адекватного самовираження у спілкуванні. Високі показники свідчать про автентичному взаємодію з оточуючими, про здатність до саморозкриття. Люди з високою оцінкою за цією шкалою орієнтовані на особистісне спілкування, не схильні вдаватися до фальші або маніпуляцій, не змішують саморозкриття особистості з самопред'явленням - стратегією і тактикою управління вдаваними враженням. Низькі показники характерні для людей ригідних, не впевнених у своїй привабливості, в тому, що вони цікаві співрозмовникові, а спілкування з ними може приносити задоволення [35, ст. 99-111].

Отже, самоактуалізація, як складний та багатогранний феномен, не накладає жорстких обмежень на методи, які використовуються для її дослідження. У сучасних психологічних дослідженнях самоактуалізації

використовується багатий набір інструментарію, який включає як психосемантичні методи, так і психодіагностичні методики.

2.3. Методика та організація дослідження гендерних відмінностей у прагненні до самоактуалізації

Дослідження гендерних відмінностей у прагненні до самоактуалізації проводилося у чотири етапи. Вибірка складалася зі 40 досліджуваних (20 жінок та 20 чоловіків), переважна більшість з вищою освітою або здобувають неї. Вік жіночої частини вибірки складає від 20 до 47 років, чоловічої частини вибірки – від 20 до 45 років.

На першому етапі було проведено методику «Маскулінність-фемінність» С. Бем з метою вивчення гендерних характеристик досліджуваних, ступінь їх прояву та особливості. Дана методика дозволяє виміряти гендерні особливості особистості в кількісному вигляді. Окрім того, автор методики розглядає гендер не як дихотомічну шкалу, а як феномен, який може мати різну інтенсивність прояву, що відповідає теоретичним основам дослідження.

На другому етапі дослідження було проведено методику «Діагностика самоактуалізації особистості – САМОАО» - (А.В. Лазукіна, в адаптації Н.Ф. Каліної), яка включає 11 шкал з метою дослідження самоактуалізації особистості й визначення особливостей її прояву. Використання даної методики дозволяє дослідити самоактуалізацію як багатогранне явище, яке має безліч проявів та характеристик.

На третьому етапі дослідження було обраховано коефіцієнт кореляції Пірсона у програмі Microsoft Office Excel 2003 з метою з'ясування особливостей зв'язку між гендерними характеристиками особистості та рівнем прояву самоактуалізації. Це дає змогу робити висновок про силу зв'язку між двома досліджуваними феноменами, а також напрямок цього зв'язку. Оскільки в методиці «Маскулінність-фемінність» С.Бем показник

гендеру від 1 до 2,025 позначає фемінність, а від -1 до -2,025 – маскулінність, то пряма кореляція між рівнем самоактуалізації та гендерними характеристиками розглядається як зв'язок між фемінністю та рівнем самоактуалізації, а обернена – як зв'язок між маскулінністю та рівнем самоактуалізації.

На четвертому етапі дослідження було використано асоціативний експеримент для дослідження образів самоактуалізованої жінки та самоактуалізованого чоловіка у масовій свідомості. Результати такого аналізу дозволять нам виявити, які існують відмінності між образами самоактуалізованого чоловіка та самоактуалізованої жінки у осіб різних статей.

Респондентам пропонувалося відповісти на запитання опитувальників та зазначити відповіді у спеціально підготовлених бланках (див. додаток). На іншій стороні бланка було подано словосполучення-стимули: «Жінка, яка реалізувала себе у житті» та «Чоловік, який реалізував себе у житті», на які досліджувані давали по п'ять асоціацій.

Висновки до Розділу II

Отже, опрацювавши ряд наукових досліджень, з метою аналізу психологічного інструментарію вивчення феноменів самоактуалізації та гендеру, ми можемо зробити наступні висновки:

Найбільш розповсюдженим інструментом дослідження самоактуалізації особистості є психодіагностичні методики. Особливо ефективними в даній сфері досліджень є САТ - самоактуалізаційний тест та тест «Діагностика самоактуалізації особистості – САМОАО». Для проведення даного дослідження обрано тест «Діагностика самоактуалізації особистості – САМОАО», який дозволяє дослідити самоактуалізацію в операціоналізованому вигляді, звертаючи увагу на різноманітність форм її прояву. Також нами було обрано метод асоціативного експерименту, який дозволяє досліднику проаналізувати психосемантичний зміст, який досліджувані вкладають у поняття «самоактуалізованої жінки» та «самоактуалізованого чоловіка». Таке рішення дає змогу всебічно охопити феномен самоактуалізації та якомога повніше дослідити його особливості.

Для дослідження гендерних характеристик особистості використовується низка методів, представлених як психодіагностичними методиками, так і методами психосемантики. Найбільш точно та ґрунтовно підійти до вивчення даного феномену дозволяють такі методи як контент-аналіз, асоціативний експеримент, метод семантичного диференціалу, опитувальник «Маскулінність-фемінність» С.Бем. Для проведення нашого дослідження було обрано опитувальник «Маскулінність-фемінність» С.Бем, який дає змогу досліднику виміряти ступінь прояву гендера в кількісному вигляді. Окрім того, автор методики розглядає гендер не як дихотомічну шкалу, а як феномен, який може мати різну інтенсивність прояву, що відповідає теоретичним основам дослідження.

Розділ III. РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ВІДМІННОСТЕЙ У ПРАГНЕННІ ДО САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ

3.1. Аналіз результатів дослідження маскулінності-фемінності за методикою С.Бем

Ми провели дослідження гендерних особливостей особистості за методикою «Маскулінність-фемінність» С.Бем, з метою вимірювання ступеня прояву маскулінності-фемінності в кількісному вигляді.

Після проведення дослідження ми отримали наступні результати. Серед чоловічої частини вибірки лише один досліджуваний (18m22) виявився маскуліним (-1,04) (див. табл. 3.1), решта ж досліджуваних здебільшого репрезентувала андрогінність, наближену до маскулінності, тобто відносну рівність між стереотипово жіночими та чоловічими якостями із незначною перевагою маскуліних рис.

Таблиця 3.1

*Результати методики «Маскулінність-фемінність» С. Бем
(чоловіча частина вибірки)*

Шифр	IS (С.Бем)
1m25	0,23
2m34	0,46
3m24	0,69
4m45	0,46
5m21	-0,69
6m21	-0,34
7m28	-0,46
8m23	0,92
9m22	-0,11
10m20	-0,46
11m21	-0,34
12m43	-0,11
13m25	-0,34
14m22	0
15m30	-0,81
16m24	-0,34
17m21	0
18m22	-1,04
19m30	-0,23
20m21	0,23

У жодного з досліджуваних чоловіків не спостерігається яскравого прояву маскулінності чи фемінності. Отримані результати дозволяють зробити висновок про нерівномірність розповсюдження маскулінних, фемінних та андрогінних чоловіків з істотним переважанням останніх.

Таблиця 3.2

*Результати методики «Маскулінність-фемінність» С. Бем
(жіноча частина вибірки)*

Шифр	IS (С.Бем)
1f37	0,58
2f25	0
3f23	-0,69
4f22	0,34
5f28	0,92
6f29	1,62
7f38	0,58
8f20	0,34
9f35	0,69
10f21	1,39
11f21	-0,23
12f27	-0,69
13f31	0,34
14f37	1,16
15f42	-0,34
16f23	-0,46
17f47	0,46
18f21	1,16
19f25	-0,23
20f20	0,92

Серед жіночої частини вибірки чотирьом досліджуваним притаманна фемінність (6f29: 1,62; 10f21: 1,39; 14f37: 1,16; 18f21: 1,16) (див. табл. 3.2). Решта ж досліджуваних характеризується андрогінністю із відносним наближенням до фемінності. Серед досліджуваних у жодної не було виявлено яскравого вираження маскулінності чи фемінності. Такі результати дозволяють робити висновок про нерівномірне розповсюдження маскулінних, фемінних та андрогінних жінок із значним переважанням останніх. Слід звернути увагу на те, що фемінних жінок більше, ніж маскулінних чоловіків. Можна робити припущення, що це спричинено

особливостями гендерних норм в суспільстві, що накладають обмеження на агресивність, імпульсивність та домінантність, які є традиційно чоловічими рисами та підпадають під поняття «маскулінності».

Причиною нерівномірності розповсюдження маскулінних, фемінних та андрогінних жінок із значним переважанням останніх може бути трансформування суспільства та стирання чітких меж між гендерними ролями. Для того, щоб ефективніше взаємодіяти у соціумі, особистості необхідно володіти широким спектром рис та характеристик особистості, які включають як традиційно чоловічі, так і традиційно жіночі. Сучасна модель гендерного розподілу передбачає комбінацію традиційно чоловічих та традиційно жіночих рис особистості. Саме андрогінний тип особистості є найбільш адаптивним у сучасному соціумі, який інтенсивно трансформується та може ставити перед особистістю ряд норм поведінки та взаємодії, який, як і саме суспільство, зазнає постійних змін.

3.2. Аналіз результатів дослідження рівня самоактуалізації досліджуваних за методикою «Діагностика самоактуалізації особистості – САМОАО»

Ми провели дослідження за методикою «Діагностика самоактуалізації особистості – САМОАО» - (А.В. Лазукіна, в адаптації Н.Ф. Каліної), з метою вивчення самоактуалізації особистості та особливостей її прояву.

Показники середнього арифметичного були обраховані для більш наочного представлення даних з метою порівняння «ваги» різних шкал в цілому по вибірковій сукупності.

Після проведення дослідження рівня самоактуалізації ми отримали наступні результати. Серед чоловічої частини вибірки найвищу суму балів отримали такі шкали як «Орієнтація у часі» (8,4) та «Креативність» (8,4) (див. табл. 3.3). Тобто чоловічій частині вибірки

притаманна властивість знаходитись у ситуації «тут і тепер», вони творчо ставляться до вирішення проблем та життя вцілому.

Таблиця 3.3

Результати методики Діагностика самоактуалізації особистості – САМОАО

(чоловіча частина вибірки)

Шкала Шифр	1. Шк. орієнтації у часі	2. Шк. цінностей	3. Шк. погляду на природу людини	4. Шк. потреби в пізнанні	5. Шк. креативності	6. Шк. автономності	7. Шк. спонтанності	8. Шк. саморозуміння	9. Шк. аутосимпатії	10. Шк. контактності	11. Шк. гнучкості у спілкуванні	— X
1m25	9	8	4,5	10,5	10	10	10	6	7	10,5	7,5	8,45
2m34	7,5	6	1,5	4,5	5	2	3	7,5	4	4,5	4,5	4,54
3m24	7,5	10	7,5	9	11	8	7	7,5	7	6	9	8,13
4m45	7,5	6	6	9	5	5	6	10,5	4	10,5	9	7,13
5m21	10,5	8	9	9	8	10	8	9	8	7,5	6	8,45
6m21	4,5	10	4,5	6	6	8	6	7,5	9	6	4,5	6,54
7m28	4,5	10	7,5	7,5	11	11	9	2	10	9	6	7,95
8m23	9	12	7,5	9	9	6	7	7,5	4	9	7,5	7,95
9m22	9	6	7,5	3	8	5	6	4,5	10	7,5	6	6,59
10m20	10,5	9	6	4,5	10	7	5	3	7	6	6	6,72
11m21	9	10	7,5	6	12	4	6	6	8	6	7,5	7,45
12m43	7,5	6	6	4,5	3	10	10	10,5	10	9	7,5	7,63
13m25	12	7	4,5	6	6	10	9	10,5	11	10,5	10,5	8,81
14m22	4,5	8	3	6	12	8	5	7,5	9	3	9	6,81
15m30	12	9	7,5	9	11	11	11	15	11	9	10,5	10,54
16m24	7,5	6	6	9	7	6	3	6	4	7,5	10,5	6,59
17m21	4,5	6	4,5	7,5	9	8	8	7,5	8	7,5	6	6,95
18m22	9	10	4,5	12	11	10	9	12	12	9	7,5	9,63
19m30	10,5	9	7,5	9	8	8	5	4,5	5	9	9	7,68
20m21	13,5	7	1,5	10,5	7	7	2	7,5	7	7,5	7,5	7,09
— X	8,4	8,1	5,7	7,5	8,4	7,7	6,7	7,6	7,7	7,72	7,5	7,58

Слід зазначити, що середні показники по всіх шкалах відносно рівні, не спостерігається значних стрибків розвитку певних проявів самоактуалізації серед чоловічої вибірки, проте шкала «Погляд на природу людини» (5,7)

(див. табл. 3.3) має дещо занижені показники, порівняно з іншими. Тобто чоловікам властиво оцінювати оточуючих дещо з ворожої, підозрілої позиції. Їм важко встановлювати довірливі, гармонійні стосунки з людьми. Це може бути наслідком соціальної активності чоловіків. Для того, щоб досягти мети, людині необхідно ретельно підбирати союзників та бути підозрілим до «новачків». Звертають на себе увагу результати досліджуваних 15m30 та 18m22, вони показали дещо вищий рівень самоактуалізації. Досліджуваний 15m30 показав високі показники по усіх шкалах, найнижчий показник отримала «Шкала погляду на природу людини». Досліджуваний 18m22 також показав високі результати по всім шкалам, проте низькі бали отримала «Шкала погляду на природу людини». Як можна помітити з таблиці, дана шкала має відносно низькі показники у переважаючої більшості досліджуваних. Проте, можна робити висновок про відносну гармонійність самоактуалізації у генеральній сукупності.

Таблиця 3.4.

Результати методики Діагностика самоактуалізації особистості – САМОАО

(жіноча частина вибірки)

Шкала Шифр	1. Шк. орієнтації у часі	2. Шк. цінностей	3. Шк. погляду на природу людини	4. Шк. потреби в пізнанні	5. Шк. креативності	6. Шк. автономності	7. Шк. спонтанності	8. Шк. саморозуміння	9. Шк. аутосимпатії	10. Шк. контактності	11. Шк. гнучкості у спілкуванні	— X
1f37	1,5	7	3	9	8	6	4	3	6	7,5	9	5,81
2f25	6	10	7,5	9	11	6	3	4,5	3	9	9	7,09
3f23	4,5	6	4,5	6	9	13	13	9	13	9	9	8,72
4f22	10,5	10	10,5	4	10	3	3	3,5	5	5	5	6,31
5f28	10,5	8	10,5	6	7	7	4	6	5	9	7,5	7,31
6f29	10,5	11	12	6	11	3	8	12	10	9	9	9,22
7f38	7,5	10	6	12	7	3	5	4,5	4	6	4,5	6,31
8f20	3	7	4,5	6	10	5	7	9	10	10,5	10,5	7,5
9f35	12	8	5	6	5	5	6	6	6	9	4,5	6,59
10f21	7,5	8	6	6	6	7	7	7,5	8	6	7,5	6,95
11f21	7,5	13	7,5	7,5	13	7	7	4,5	9	7,5	6	8,13
12f27	6	6	9	7,5	8	3	4	10,5	6	7,5	7,5	6,81
13f31	1,5	7,5	4,5	6	4	3	4	6	4	6	7,5	4,90
14f37	7,5	9	9	10,5	10	5	7	9	11	9	9	8,72

15f42	9	8	12	10,5	6	7	5	10,5	10	7,5	9	8,59
16f23	12	7	13	10,5	7	3	4	7,5	8	6	4,5	7,5
17f47	10,5	9	10,5	9	11	6	11	9	8	4,5	6	8,59
18f21	6	5	6	7,5	4	3	5	7,5	3	1,5	6	4,95
19f25	7,5	9	9	9	9	8	6	10,5	8	7,5	4,5	8
20f20	10,5	12	4,5	5	12	8	9	7,5	6	6	9	8,13
\bar{X}	7,5	8,5	7,7	7,6	8,4	5,5	6,1	7,3	7,1	7,1	7,2	7,31

Серед жіночої частини вибірки найвищу суму балів отримали такі шкали як «Цінності» (8,5) та «Креативність» (8,4) (див. табл. 3.4). Тобто для жіночої частини вибірки характерне творче ставлення до життя та неординарний підхід до вирішення проблем, також дана частина вибірки розділяє цінності зрілої особистості (істина, добро, краса). Можна припускати, що ці шкали набрали найбільшу кількість балів через те, що традиційно суспільство заохочує жінок бути добрими та чуттєвими. Слід зазначити, що середні показники по всіх шкалах відносно рівні, не спостерігається значних стрибків розвитку певних проявів самоактуалізації серед жіночої частини вибірки, проте шкала «Автономності» (5,5) (див. табл. 3.4) має дещо занижені показники. Це можна пов'язати з тим, що хоча внаслідок емансипації жінки й здобули низку прав та свобод, що забезпечують рівноправ'я між статями, проте залежність від чоловіків у багатьох аспектах залишилася. Попри наявність рівноправ'я, жінки все ж покладають деякий рівень відповідальності за себе на чоловіків (наприклад, фінансова відповідальність), результатом чого і є зниження автономності.

Слід відмітити, що середній показник самоактуалізації у жіночої частини вибірки (7,31) (див. табл. 3.4) дещо нижчий за середній показник самоактуалізації чоловічої частини вибірки (7,58) (див. табл. 3.3). Це можна пов'язати з тим, що середній вік досліджуваних жінок був 29 років, вік, у якому здебільшого створюються сім'ї. Проте, якщо уважно поглянути на результати з урахуванням віку, можна помітити, що найнижчі показники продемонстрували досліджувані 13f31 ($\bar{X} = 4,90$) та 18f21 ($\bar{X} = 4,95$) 31-го та

21-го років (вік досліджуваних зазначений другою цифрою шифру), а найвищий показник продемонструвала досліджувана бf29 ($\bar{X} = 9,22$) (див. табл. 3.4) 29-ти років, що є підставою для висновку про те, що вікові особливості не вплинули на результати дослідження.

Порівнюючи результати чоловіків та жінок, яскраво видно дві відмінності: жінки менш вільні від думки оточуючих, порівняно з чоловіками (7,7) (див. табл. 3.3), а чоловіки, у свою чергу, більш ворожо ставляться до оточуючих та розглядають особистість як таку, яка здатна на зраду, є недоброю по своїй природі (шкала «Погляд на природу людини» (5,7) (див. табл. 3.3). Це може бути пов'язано з тим, що чоловікам притаманно з недовірою ставитися до оточуючих з метою забезпечення свого благополуччя та благополуччя своєї родини (традиційна гендерна роль чоловіка-захисника).

Таким чином, серед чоловічої частини вибірки найвищу суму балів отримали такі шкали як «Орієнтація у часі» (8,4) (див. табл. 3.3) та «Креативність» (8,4), серед жіночої - шкали «Цінності» (8,5) (див. табл. 3.4) та «Креативність» (8,4). Жінки більш залежать від оточуючих (шкала «Автономності» (5,5) (див. табл. 3.4), порівняно з чоловіками (шкала «Автономності» (7,7) (див. табл. 3.3), а чоловіки, у свою чергу, більш ворожо ставляться до оточуючих та розглядають особистість як таку, яка здатна на зраду, є недоброю по своїй природі (шкала «Погляд на природу людини» (5,7) (див. табл. 3.3).

Загалом, слід відмітити, що жінки продемонстрували низькі показники по шкалі «Автономності», а чоловіки – по шкалі «Погляд на природу людини».

3.3. Аналіз гендерних відмінностей у прагненні до самоактуалізації.

Нами було проведено дослідження гендерних особливостей особистості за методикою «Маскулінність-фемінність» С.Бем та дослідження рівня прояву самоактуалізації за методикою «Діагностика самоактуалізації особистості – САМОАО» - (А.В. Лазукіна, в адаптації Н.Ф. Каліної), результати яких можна побачити у нижченаведених таблицях.

Для обчислення зв'язку між гендерними характеристиками досліджуваних та показниками самоактуалізації використовувався коефіцієнт кореляції Пірсона, який був обчислений у Microsoft Office Excel 2003.

Таблиця 3.5.

Обчислення коефіцієнту кореляції Пірсона між гендерними характеристиками та прагненням до самоактуалізації

Шифр	Р-ти методики С. Бем	Р-ти діагностики самоактуалізації особистості – САМОАО										
	Показник гендеру	1. Шк. орієнтації у часі	2. Шк. цінностей	3. Шк. погляду на природу людини	4. Шк. потреби в пізнанні	5. Шк. креативності	6. Шк. автономності	7. Шк. спонтанності	8. Шк. саморозуміння	9. Шк. аутосимпатії	10. Шк. контактності	11. Шк. гнучкості у спілкуванні
1m25	0,23	9	8	4,5	10,5	10	10	10	6	7	10,5	7,5
2m34	0,46	7,5	6	1,5	4,5	5	2	3	7,5	4	4,5	4,5
3m24	0,69	7,5	10	7,5	9	11	8	7	7,5	7	6	9
4m45	0,46	7,5	6	6	9	5	5	6	10,5	4	10,5	9
5m21	-0,69	10,5	8	9	9	8	10	8	9	8	7,5	6
6m21	-0,34	4,5	10	4,5	6	6	8	6	7,5	9	6	4,5
7m28	-0,46	4,5	10	7,5	7,5	11	11	9	2	10	9	6
8m23	0,92	9	12	7,5	9	9	6	7	7,5	4	9	7,5
9m22	-0,11	9	6	7,5	3	8	5	6	4,5	10	7,5	6
10m20	-0,46	10,5	9	6	4,5	10	7	5	3	7	6	6
11m21	-0,34	9	10	7,5	6	12	4	6	6	8	6	7,5
12m43	-0,11	7,5	6	6	4,5	3	10	10	10,5	10	9	7,5
13m25	-0,34	12	7	4,5	6	6	10	9	10,5	11	10,5	10,5
14m22	0	4,5	8	3	6	12	8	5	7,5	9	3	9
15m30	-0,81	12	9	7,5	9	11	11	11	15	11	9	10,5
16m24	-0,34	7,5	6	6	9	7	6	3	6	4	7,5	10,5
17m21	0	4,5	6	4,5	7,5	9	8	8	7,5	8	7,5	6
18m22	-1,04	9	10	4,5	12	11	10	9	12	12	9	7,5

19m30	-0,23	10,5	9	7,5	9	8	8	5	4,5	5	9	9
20m21	0,23	13,5	7	1,5	10,5	7	7	2	7,5	7	7,5	7,5
1f37	0,58	1,5	7	3	9	8	6	4	3	6	7,5	9
2f25	0	6	10	7,5	9	11	6	3	4,5	3	9	9
3f23	-0,69	4,5	6	4,5	6	9	13	13	9	13	9	9
4f22	0,34	10,5	10	10,5	4	10	3	3	3,5	5	5	5
5f28	0,92	10,5	8	10,5	6	7	7	4	6	5	9	7,5
6f29	1,62	10,5	11	12	6	11	3	8	12	10	9	9
7f38	0,58	7,5	10	6	12	7	3	5	4,5	4	6	4,5
8f20	0,34	3	7	4,5	6	10	5	7	9	10	10,5	10,5
9f35	0,69	12	8	5	6	5	5	6	6	6	9	4,5
10f21	1,39	7,5	8	6	6	6	7	7	7,5	8	6	7,5
11f21	-0,23	7,5	13	7,5	7,5	13	7	7	4,5	9	7,5	6
12f27	-0,69	6	6	9	7,5	8	3	4	10,5	6	7,5	7,5
13f31	0,34	1,5	7,5	4,5	6	4	3	4	6	4	6	7,5
14f37	1,16	7,5	9	9	10,5	10	5	7	9	11	9	9
15f42	-0,34	9	8	12	10,5	6	7	5	10,5	10	7,5	9
16f23	-0,46	12	7	13	10,5	7	3	4	7,5	8	6	4,5
17f47	0,46	10,5	9	10,5	9	11	6	11	9	8	4,5	6
18f21	1,16	6	5	6	7,5	4	3	5	7,5	3	1,5	6
19f25	-0,23	7,5	9	9	9	9	8	6	10,5	8	7,5	4,5
20f20	0,92	10,5	12	4,5	5	12	8	9	7,5	6	6	9
Коефіцієнт кореляції Пірсона	- 0,01	0,12	0,01	- 0,12	- 0,13	- 0,46	- 0,14	- 0,11	- 0,37	- 0,16	- 0,16	0,01

Коефіцієнт Кореляції Пірсона обраховувався між гендерними показниками і кожною зі шкал методики «Діагностика самоактуалізації особистості – САМОАО» - (А.В. Лазукіна, в адаптації Н.Ф. Каліної), результати якого можна побачити у нижченаведеній таблиці.

Шкала орієнтації у часі, яка показує, наскільки особистість може перебувати у ситуації «тут і тепер» та проживати своє життя повно та із задоволенням, не відкладаючи його «на потім», майже не має кореляції із гендерними характеристиками (-0,01) (див. табл. 3.5), проте показник кореляції є оберненим, тому можна робити висновок про дуже незначну кореляцію із маскуліністю.

Шкала цінностей, яка позначає, наскільки особистість поділяє цінності зрілої особистості, до яких А. Маслоу відносить істину, добро, самодостатність, має слабку кореляцію із фемінністю (0,12) (див. табл. 3.5). Із цього випливає, що чим яскравіше проявляється фемінність в особистості,

тим більше вона прагне до гармонійного буття, здорових стосунків з людьми та менше схильна маніпулювати оточуючими.

Шкала погляду на природу людини, яка є індикатором віри в людей, могутність людських можливостей та прагнення до гармонійних стосунків з оточуючими, майже не має кореляції із гендерними характеристиками (0,01) (див. табл. 3.5).

Шкала потреби в пізнанні, яка описує здатність до буттєвого пізнання, бажання нового, інтерес до об'єктів, не пов'язаних із задоволенням будь-яких потреб, має слабку обернену кореляцію (-0,12) (див., табл. 3.5) із гендерними характеристиками, тобто корелює із маскулінністю. Чим яскравіше проявляється маскулінність у особистості, тим більше вона відкрита для нових вражень.

Шкала креативності має слабку обернену кореляцію (-0,13) (див. табл. 3.5) із гендерними характеристиками особистості, тобто корелює із маскулінністю. З цього випливає, що чим більш маскулінна особистість, тим більш творчо вона ставиться до вирішення проблемних ситуацій та життя в цілому.

Шкала автономності, яка позначає незалежність, свободу особистості від оцінок та думок оточуючих, має середній рівень оберненої кореляції (-0,46) (див. табл. 3.5) із гендерними характеристиками особистості, а саме із маскулінністю. Можна робити висновок, що самооцінка та Я-концепція маскулінної особистості менш чутлива до критики та нарікань з боку оточуючих. Така особистість є авторитетом для самої себе, що є невід'ємною складовою самоактуалізованої особистості.

Шкала спонтанності, яка показує, наскільки особистість розкриває себе справжню оточуючому світу, має низький рівень оберненої кореляції (-0,14) (див. табл. 3.5) із гендерними характеристиками, тобто маскулінність корелює із здатністю особистості піддаватися своїм власним поривам, її свободою та природністю поведінки.

Шкала саморозуміння, яка позначає сензитивність людини до своїх емоцій, бажань та потреб, має слабку обернену кореляцію (-0,11) (див. табл. 3.5) із гендерними характеристиками. Маскулінна особистість є більш вільною від психологічного захисту, не схильна підміняти власні смаки та оцінки зовнішніми соціальними стандартами, є нонконформістом.

Шкала аутосимпатії має середню обернену кореляцію (-0,37) (див. табл. 3.5) із гендерними характеристиками, тобто пов'язана із маскулінністю. Маскулінні особистості більш впевнені в собі та мають добре усвідомлювальну позитивну Я-концепцію, яка служить джерелом стійкої адекватної самооцінки. Слід відмітити, що шкали аутосимпатії, саморозуміння та спонтанності, як правило, пов'язані між собою, проте наше дослідження показало, що аутосимпатія має значно вищий рівень кореляції із маскулінністю.

Шкала контактності, яка вимірює товариськість особистості, її здатність до встановлення міцних і доброзичливих стосунків з оточуючими, має слабку обернену кореляцію (-0,16) (див. табл. 3.5) із гендерними характеристиками, тобто вона пов'язана із маскулінністю. Маскулінній особистості притаманна загальна схильність до взаємно корисних та приємних контактів з іншими людьми.

Шкала гнучкості у спілкуванні, яка співвідноситься з наявністю або відсутністю соціальних стереотипів, здатністю до адекватного самовираження у спілкування, майже не має кореляції із гендерними характеристиками особистості (0,01) (див. табл. 3.5).

Отже, ми можемо помітити, що існує середній рівень оберненої кореляції між гендерними характеристиками особистості та шкалою «Автономності» (-0,46) (див. табл. 3.5), тобто вона корелює із маскулінністю, а також між гендерними характеристиками особистості та шкалою «Ауто симпатії» (-0,37), тобто вона також корелює із маскулінністю. Всі інші шкали мають або низький, або незначний рівень оберненої кореляції із гендерними характеристиками, окрім шкал «Цінностей» (0,12) (див. табл. 3.5), «Погляду

на природу людини» (0,01) та «Гнучкості у спілкуванні» (0,01) (див. табл. 3.5), які мають слабку та незначну пряму кореляцію відповідно, тобто корелюють із фемінністю.

Також нами було обраховано показник коефіцієнту кореляції Пірсона для жінок та чоловіків окремо.

Таблиця 3.6.

Обчислення коефіцієнту кореляції Пірсона між гендерними характеристиками та рагненням до самоактуалізації (чоловіча частина вибірки)

Шифр	Р-ти методики С. Бем	Р-ти діагностики самоактуалізації особистості – САМОАО											— X
	Показник гендеру	1. Шк. орієнтації у часі	2. Шк. цінностей	3. Шк. погляду на природу людини	4. Шк. потреби в пізнанні	5. Шк. креативності	6. Шк. автономності	7. Шк. спонтанності	8. Шк. саморозуміння	9. Шк. аутосимпатії	10. Шк. контактності	11. Шк. гнучкості у спілкуванні	
1m25	0,23	9	8	4,5	10,5	10	10	10	6	7	10,5	7,5	8,45
2m34	0,46	7,5	6	1,5	4,5	5	2	3	7,5	4	4,5	4,5	4,54
3m24	0,69	7,5	10	7,5	9	11	8	7	7,5	7	6	9	8,13
4m45	0,46	7,5	6	6	9	5	5	6	10,5	4	10,5	9	7,13
5m21	-0,69	10,5	8	9	9	8	10	8	9	8	7,5	6	8,45
6m21	-0,34	4,5	10	4,5	6	6	8	6	7,5	9	6	4,5	6,54
7m28	-0,46	4,5	10	7,5	7,5	11	11	9	2	10	9	6	7,95
8m23	0,92	9	12	7,5	9	9	6	7	7,5	4	9	7,5	7,95
9m22	-0,11	9	6	7,5	3	8	5	6	4,5	10	7,5	6	6,59
10m20	-0,46	10,5	9	6	4,5	10	7	5	3	7	6	6	6,72
11m21	-0,34	9	10	7,5	6	12	4	6	6	8	6	7,5	7,45
12m43	-0,11	7,5	6	6	4,5	3	10	10	10,5	10	9	7,5	7,63
13m25	-0,34	12	7	4,5	6	6	10	9	10,5	11	10,5	10,5	8,81
14m22	0	4,5	8	3	6	12	8	5	7,5	9	3	9	6,81
15m30	-0,81	12	9	7,5	9	11	11	11	15	11	9	10,5	10,54
16m24	-0,34	7,5	6	6	9	7	6	3	6	4	7,5	10,5	6,59
17m21	0	4,5	6	4,5	7,5	9	8	8	7,5	8	7,5	6	6,95
18m22	-1,04	9	10	4,5	12	11	10	9	12	12	9	7,5	9,63
19m30	-0,23	10,5	9	7,5	9	8	8	5	4,5	5	9	9	7,68
20m21	0,23	13,5	7	1,5	10,5	7	7	2	7,5	7	7,5	7,5	7,09
— X	-0,11	8,4	8,1	5,7	7,5	8,4	7,7	6,7	7,6	7,7	7,72	7,5	7,58
Коефіцієнт кореляції Пірсона		-0,15	- 0,0 6	- 0,20	- 0,03	- 0,22	- 0,50	- 0,32	- 0,17	- 0,65	- 0,09	- 0,03	-0,43

Аналіз показників кореляції Пірсона показав, що між гендерними характеристиками особистості та рівнем самоактуалізації чоловіків існує середня обернена кореляція (-0,43). Це означає, що при зростанні показників самоактуалізації показник гендерних характеристик наближається до маскулінності. Тобто чим більш маскулінний чоловік, тим вищий у нього показник самоактуалізації. Окрім цього, нами були проведені розрахунки коефіцієнту кореляції Пірсона для кожної шкали окремо. Було з'ясовано, що існує висока обернена кореляція між маскулінністю та рівнем аутосимпатії у чоловіків (-0,65), а також із рівнем автономності (-0,50). Середній рівень оберненої кореляції отримала шкала спонтанності (-0,32). Такі шкали як «Креативність» (-0,22), «Погляд на природу людини» (-0,20) та «Орієнтація у часі» (-0,15) (див. табл. 3.6) отримали низький рівень оберненої кореляції, проте вона існує.

Таким чином, чоловіки із вищим рівнем розвитку маскулінних рис особистості здебільшого мають позитивну Я-концепцію та більш незалежні від оцінок оточуючих, що є важливими компонентами самоактуалізованої особистості. Такі результати дають підстави припускати, що чоловік із достатнім розвитком маскулінних рис особистості має більше можливостей до саморозкриття своїх потенцій у сучасному соціумі.

Таблиця 3.7.

Обчислення коефіцієнту кореляції Пірсона між гендерними характеристиками та прагненням до самоактуалізації (жіноча частина вибірки)

Шифр	Р-ти методики С. Бем	Р-ти діагностики самоактуалізації особистості – САМОАО											— Х
	Показник гендеру	1. Шк. орієнтації у часі	2. Шк. цінностей	3. Шк. погляду на природу людини	4. Шк. потреби в пізнанні	5. Шк. креативності	6. Шк. автономності	7. Шк. спонтанності	8. Шк. саморозуміння	9. Шк. аутосимпатії	10. Шк. контактності	11. Шк. гнучкості у спілкуванні	
1f37	0,58	1,5	7	3	9	8	6	4	3	6	7,5	9	5,81
2f25	0	6	10	7,5	9	11	6	3	4,5	3	9	9	7,09

3f23	-0,69	4,5	6	4,5	6	9	13	13	9	13	9	9	8,72
4f22	0,34	10,5	10	10,5	4	10	3	3	3,5	5	5	5	6,31
5f28	0,92	10,5	8	10,5	6	7	7	4	6	5	9	7,5	7,31
6f29	1,62	10,5	11	12	6	11	3	8	12	10	9	9	9,22
7f38	0,58	7,5	10	6	12	7	3	5	4,5	4	6	4,5	6,31
8f20	0,34	3	7	4,5	6	10	5	7	9	10	10,5	10,5	7,5
9f35	0,69	12	8	5	6	5	5	6	6	6	9	4,5	6,59
10f21	1,39	7,5	8	6	6	6	7	7	7,5	8	6	7,5	6,95
11f21	-0,23	7,5	13	7,5	7,5	13	7	7	4,5	9	7,5	6	8,13
12f27	-0,69	6	6	9	7,5	8	3	4	10,5	6	7,5	7,5	6,81
13f31	0,34	1,5	7,5	4,5	6	4	3	4	6	4	6	7,5	4,90
14f37	1,16	7,5	9	9	10,5	10	5	7	9	11	9	9	8,72
15f42	-0,34	9	8	12	10,5	6	7	5	10,5	10	7,5	9	8,59
16f23	-0,46	12	7	13	10,5	7	3	4	7,5	8	6	4,5	7,5
17f47	0,46	10,5	9	10,5	9	11	6	11	9	8	4,5	6	8,59
18f21	1,16	6	5	6	7,5	4	3	5	7,5	3	1,5	6	4,95
19f25	-0,23	7,5	9	9	9	9	8	6	10,5	8	7,5	4,5	8
20f20	0,92	10,5	12	4,5	5	12	8	9	7,5	6	6	9	8,13
\bar{X}	0,39	7,5	8,5	7,7	7,6	8,4	5,5	6,1	7,3	7,1	7,1	7,2	7,31
Коефіцієнт кореляції Пірсона	0,16	0,19	-0,12	-0,23	-0,08	-0,27	0,04	-0,04	-0,17	-0,14	0,13	-0,10	

Коефіцієнт кореляції Пірсона між гендерними характеристиками та самоактуалізацією жінок склав -0,10, що свідчить про слабку обернену кореляцію між ними. Було з'ясовано, що існує низька обернена кореляція між гендерними характеристиками та шкалами «Автономності» (-0,27), «Потреби в пізнанні» (-0,23), «Аутосимпатії» (-0,17), «Контактності» (-0,14) та «Погляду на природу людини» (-0,12). Показник по цих шкалах підвищується з підвищенням рівня маскулінності жінки. Можна зробити висновок, що аутосимпатія та автономність, незалежність у оцінці себе від інших людей корелює із рівнем розвитку маскулінності, що притаманно як чоловічій, так і жіночій вибірці. З цього слідує, що реалізація потенцій особистості корелює із рівнем маскулінності, що справедливо для обох статей. Також обчислення коефіцієнту кореляції Пірсона показало, що існує слабка кореляція між фемінністю та шкалами «Цінності» (0,19), «Орієнтація в часі» (0,16) та «Гнучкість у спілкуванні» (0,11) (див. табл. 3.7).

Окрім цього, нами було здійснено порівняльний аналіз показників коефіцієнта кореляції Пірсона між обома статтями.

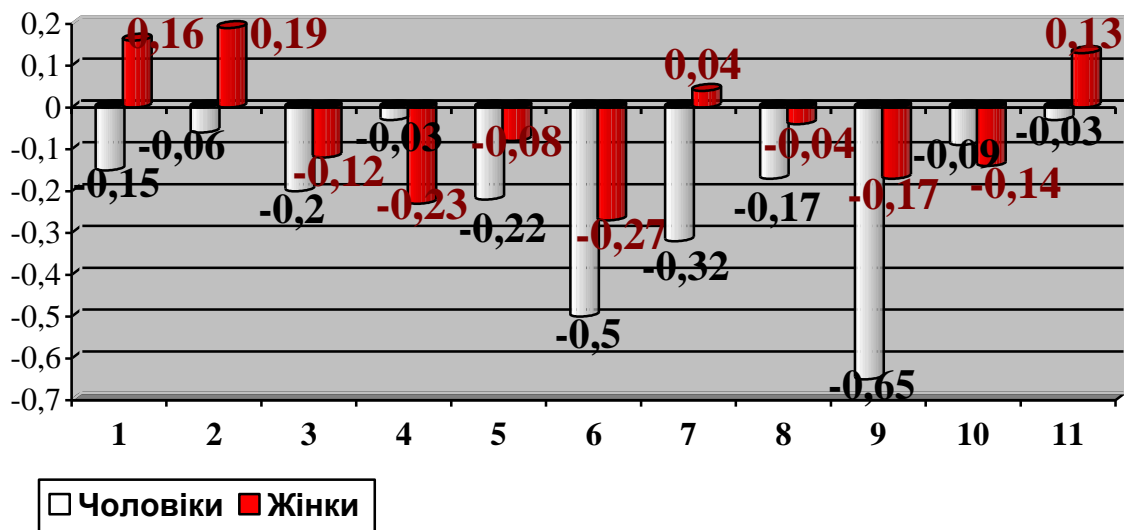


Рисунок 3.1.

Взаємозв'язок між різними аспектами самоактуалізації та гендерними характеристиками особистості (жіноча та чоловіча частина вибірки)

Шкала орієнтації у часі, яка показує, наскільки особистість може перебувати у ситуації «тут і тепер» та проживати своє життя повно та із задоволенням, не відкладаючи його «на потім», має помітні відмінності кореляції між чоловіками та жінками.

Чоловіки: існує низький рівень кореляції з маскуліністю (-0,15).

Жінки: існує низький рівень кореляції з фемінністю (0,16) (див. рис. 3.1.)

Це можна пояснити тим, що як чоловіки, так і жінки мають більше можливостей проживати своє життя найбільш повно, виконуючи роль особи своєї статі. Тобто, щоб особистість отримувала задоволення від свого життя, вона повинна ефективно реалізовувати себе у своїй гендерній ролі, що вимагає розвитку маскуліності у чоловіків та фемінності у жінок.

Шкала цінностей, яка позначає, наскільки особистість поділяє цінності зрілої особистості, до яких А. Маслоу відносить істину, добро, самодостатність, має відносні відмінності кореляції між жінками та чоловіками.

Чоловіки: існує дуже слабка кореляція з маскулінністю (-0,06).

Жінки: існує низький рівень кореляції з фемінністю (0,19) (див. рис. 3.1.).

Можна припускати, що це зумовлено різницею традиційних гендерних ролей у суспільстві. Таким чином, доброта, лагідність, віра й подібні якості вважаються жіночими і плекаються в особах жіночої статі з самого дитинства.

Шкала погляду на природу людини, яка є індикатором віри в людей, могутність людських можливостей та прагнення до гармонійних стосунків з оточуючими, має незначні відмінності кореляції між чоловіками та жінками.

Чоловіки: існує низький рівень кореляції прагнення до самоактуалізації з маскулінністю (-0,2).

Жінки: існує низький рівень кореляції прагнення до самоактуалізації з маскулінністю (-0,12) (див. рис. 3.1.)

Тобто віра в людські можливості та прагнення до гармонійних стосунків з оточуючими пов'язана з маскулініми якостями особистості.

Шкала потреби в пізнанні, яка описує здатність до буттєвого пізнання, бажання нового, інтерес до об'єктів, не пов'язаних із задоволенням будь-яких потреб, має відмінності у кореляції між особами різних статей.

Чоловіки: існує дуже слабка кореляція з маскулінністю (-0,03)

Жінки: існує низький рівень рівень кореляції з маскулінністю (-0,23) (див. рис. 3.1.)

Це може бути пояснено тим, що традиційно чоловіки у суспільстві вважалися більш інтелектуально розвиненими за жінок. Таким чином, чоловіки втратили необхідність розвивати в собі маскуліні якості задля пізнання, так як у них немає необхідності виправдовувати рівень свого інтелектуального розвитку якостями особистості. Жінки ж почали розвивати у собі маскуліні риси задля того, щоб суспільство сприймало їх серйозніше.

Шкала креативності має відмінності у кореляції між чоловіками та жінками.

Чоловіки: існує низький рівень кореляції з маскулінністю (-0,22).

Жінки: існує дуже низький рівень кореляції з маскулінністю (-0,08) (див. рис. 3.1.)

Задля творчого ставлення до життя та вирішення проблемних ситуацій особи обох статей повинні розвивати маскулінність, хоча у чоловіків це виражено яскравіше.

Шкала автономності, яка позначає незалежність, свободу особистості від оцінок та думок оточуючих, має відмінності у кореляції між особами різної статі.

Чоловіки: існує середній рівень кореляції з маскулінністю (-0,5)

Жінки: існує низький рівень кореляції з маскулінністю (-0,27) (див. рис. 3.1.)

Це можна пояснити тим, що чоловіки більш автономні у фінансовій та психологічній сфері. Таким чином, для розвитку автономності, особи жіночої статі розвивають у себе маскулінні риси особистості.

Шкала спонтанності, яка показує наскільки особистість розкриває себе справжню оточуючому світу, має значні відмінності кореляції у чоловіків та жінок.

Чоловіки: існує слабка кореляція з маскулінністю (-0,32).

Жінки: існує дуже низький рівень кореляції з фемінністю (0,04) (див. рис. 3.1.)

Це можна пояснити тим, що для розкриття себе справжнього у соціумі чоловікам необхідно відповідати гендерним очікуванням, тобто бути маскулініми. Жінки ж більш вільні у своїй поведінці, тому кореляція між даною шкалою та гендерними характеристиками незначна.

Шкала саморозуміння, яка позначає сензитивність людини до своїх емоцій, бажань та потреб, має різницю кореляції між різними статями.

Чоловіки: існує низький рівень кореляції з маскулінністю (-0,17).

Жінки: існує дуже слабка кореляція з маскулінністю (-0,04) (див. рис. 3.1.)

Тобто маскулінність пов'язана з саморозумінням чоловіків значно більше, ніж із саморозумінням жінок.

Шкала аутосимпатії, яка позначає впевненість у собі та добре усвідомлювальну позитивну Я-концепцію, яка служить джерелом стійкої адекватної самооцінки, має значні відмінності кореляції і чоловіків та жінок.

Чоловіки: існує середній рівень кореляції з маскулінністю (-0,65).

Жінки: існує низький рівень кореляції з маскулінністю (-0,17) (див. рис. 3.1.)

Тобто чоловіки з розвиненими маскулініними якостями мають вищу самооцінку та краще самосприйняття. Проте й жінки з розвиненими маскулініними якостями також мають вищу самооцінку. Це може бути обумовлено тим, що суспільство приділяє значно менше уваги зовнішності та поведінці чоловіків, і виставляє ряд жорстких вимог до жінок.

Шкала контактності, яка вимірює товарицькість особистості, її здатність до встановлення міцних і доброзичливих стосунків з оточуючими, має незначні відмінності кореляції у жінок та чоловіків.

Чоловіки: існує дуже слабка кореляція з маскулінністю (-0,09).

Жінки: існує слабка кореляція з маскулінністю (-0,14) (див. рис. 3.1.)

Як ми бачимо, маскулінність є важливішою для контактності жінок, порівняно з чоловіками. Це можна пояснити тим, що фемінність пов'язана з пасивною роллю в спілкуванні, тоді як маскулінність передбачає більшу активність.

Шкала гнучкості у спілкуванні, яка співвідноситься з наявністю або відсутністю соціальних стереотипів, здатністю до адекватного самовираження у спілкування, має значні відмінності кореляції у осіб різної статі.

Чоловіки: існує дуже слабка кореляція з маскулінністю (-0,03).

Жінки: існує слабка кореляція з фемінністю (0,13) (див. рис. 3.1.)

Це можна пояснити тим, що гнучкість у спілкуванні є різною у чоловіків та жінок. Жінки є більш толерантними та вільні від соціальних стереотипів переважно через більшу здатність до емпатії.

Отже, ми можемо помітити, що існує середній рівень оберненої кореляції між гендерними характеристиками особистості та шкалою «Автономності» (-0,46) (див. табл. 3.5), тобто вона корелює із маскулінністю, а також між гендерними характеристиками особистості та шкалою «Ауто симпатії» (-0,37), тобто вона також корелює із маскулінністю. Всі інші шкали мають або низький, або незначний рівень оберненої кореляції із гендерними характеристиками, окрім шкал «Цінностей» (0,12) (див. табл. 3.5), «Погляду на природу людини» (0,01) та «Гнучкості у спілкуванні» (0,01) (див. табл. 3.5), які мають слабку та незначну пряму кореляцію відповідно, тобто корелюють із фемінністю.

Окрім того, більшість шкал, а тому і більшість сторін самоактуалізації особистості, корелюють із маскулінністю. Проте, слід відмітити статеві відмінності кореляції по шкалам «Орієнтація у часі», «Цінності», «Спонтанність» та «Гнучкість у спілкуванні». Ці чотири шкали у жіночій частини вибірки пов'язані з фемінністю. Також цікавим є те, що жодна зі шкал чоловічої частини вибірки не корелює з фемінністю.

3.4. Аналіз результатів асоціативного експерименту

Нами було проведено асоціативний експеримент із метою дослідження образів самоактуалізованої жінки та самоактуалізованого чоловіка у свідомості жінок та чоловіків, що дасть змогу точніше та ширше описати гендерний аспект самоактуалізації особистості.

Досліджуваним пропонувалося записати по п'ять асоціацій до двох словосполучень-стимулів: «Жінка, яка реалізувала себе у житті» та «Чоловік, який реалізував себе у житті».

У результаті ми отримали 400 слів-асоціацій.

При змістовному аналізі результатів асоціативного експерименту всі асоціації досліджуваних були розділені на три групи.

До першої групи, яку можна умовно назвати «Внутрішній локус» увійшли асоціації, які розкривають зміст таких феноменів: інтелектуальна сфера особистості, її автономність, активність, самосприйняття та ін. Тобто, сюди входять такі якості як «розумна\розумний», «незалежна», «рішучий» і т.д.

Друга група, що може бути умовно названа «Зовнішній локус» включає асоціації, які ми стосуємося наступних категорій: зовнішній вигляд, достаток, кар'єра та освіта. Тобто, сюди входять такі якості як «гарна», «мужній», «атлетичний» і т.д.

До третьої групи, що отримала назву «Соціальна взаємодія», нами було включено асоціації, які описують такі феномени: родинна сфера, лідерські якості, контактність, та інші характеристики, що презентують особистість у її взаємодії з оточенням. Тобто такі якості як «має родину», «лідер», «має компанію» тощо.

Надалі словосполучення-стимул «Жінка, яка реалізувала себе у житті» ми визначили як **перший стимул**, а «Чоловік, який реалізував себе у житті» - як **другий стимул**.

Асоціації групи «**Внутрішній локус**» вказують на наступні гендерні особливості уявлень про самоатуалізацію чоловіків та жінок:

Інтелектуальна сфера. Досліджувані **жіночої статі** надали відносно рівну кількість асоціацій як до словосполучення-стимулу «Жінка, яка реалізувала себе у житті», так і до словосполучення-стимулу «Чоловік, який реалізував себе у житті». Сума асоціацій по першому стимулу складає 12, по другому – 9 (див. додаток А). Досліджувані жіночої статі наділили самореалізовану жінку такими асоціаціями як «розумна» (6), «освічена» (2), «раціональна», «розсудлива», «всебічно розвинена» та «талановита». Самоактуалізований чоловік, у розумінні жінок, є розумним (7), уважним та раціоналістом. Слід відмітити, що перший стимул отримав дещо ширший спектр асоціацій, ніж другий.

Досліджувані **чоловічої статі** надали більшу кількість асоціацій даної категорії по відношенню до другого стимулу. Сума асоціацій до словосполучення-стимулу «Жінка, яка реалізувала себе у житті» складає 7, а до словосполучення-стимулу «Чоловік, який реалізував себе у житті» - 12. Окрім того, перелік асоціацій до другого стимулу більш широкий. До нього увійшли такі асоціації як «розумний» (4), «аналітичний», «досвічений», «книголюб», «творчий» та інші. Перелік асоціацій до першого стимулу значно вужчий, його складають наступні асоціації: «розумна» (4), «творча», «здібна» та «спонтанна». Це можна пов'язати з тим, що традиційно суспільство наділяло розумовими якостями саме чоловіків. Можна сказати, що це є залишком міркування про те, що чоловіки є апіорно розумнішими за жінок. Таким чином, чоловіки підлягають інтелектуальному напруженню при виконанні інтелектуальних видів діяльності [36].

Порівнюючи результати між досліджуваними різних статей, можна помітити, що досліджуваним характерно наділяти образ самоактуалізованої особистості своєї статі більшими інтелектуальними можливостями ніж протилежної. Таким чином, чоловіки частково зберегли міркування про те, що особи їхньої статі розумніші за осіб протилежної, а жінки, на противагу, компенсують таке уявлення, надаючи більші інтелектуальні можливості особам своєї статі.

Автономність. Досліджувані **жіночої статі** утворили 8 (див. додаток А) асоціацій даної категорії на словосполучення-стимул «Жінка, яка реалізувала себе у житті», та жодної на словосполучення-стимул «Чоловік, який реалізував себе у житті». Це може бути пояснено тим, що хоча в сучасному українському суспільстві й проголошені паритетні стосунки як цінність, на практиці ж досить часто жінка є матеріально залежною від свого чоловіка. Тобто, жінки, демонструючи відносну залежність від чоловіків у сім'ї, не надають само реалізованому чоловіку автономності, вважаючи її стандартною якістю, яку навіть не слід окремо виділяти. Дану категорію асоціацій склали наступні: «самодостатня» (5), та «незалежна» (3).

Досліджувані **чоловічої статі** утворили 3 асоціації даної категорії до першого стимулу, та 5 до другого. Чоловіки охарактеризували самоактуалізовану жінку як «незалежну» (2), та «самостійну». Самоактуалізований чоловік у досліджуваних чоловічої статі асоціюється із такими поняттями як «незалежний» (3) та «самодостатній» (2). Таким чином ми бачимо, що чоловіки наділяють самоактуалізовану особистість незалежно від статі такою характеристикою як «автономність».

Порівнюючи результати між досліджуваними різних статей, важливо звернути увагу на те, що жіноча частина вибірки наділила самоактуалізовану жінку автономністю, що можна розглядати як свідчення нестачі цієї характеристики у пересічній жінки.

Активність. Досліджувані **жіночої статі** утворили дещо більшу кількість асоціацій даної категорії до словосполучення-стимулу «Чоловік, який реалізував себе у житті». Сума асоціацій до першого стимулу складає 12, до другого – 17 (див. додаток А). Таким чином, досліджувані жіночої статі характеризують самоактуалізовану жінку як, «наполегливу» (4), «рішучу» (3), «цілеспрямовану» і т.д. Самоактуалізований чоловік, на думку жінок, є «цілеспрямованим» (4), «амбіційним» (3), «владним» (3), «працелюбним» (2), «рішучим» (2) і т.д. Можна помітити, що у свідомості жінок самоактуалізований чоловік наділений більш активною роллю, в порівнянні із самоактуалізованою жінкою. Це можна пояснити тим, що хоча у сучасному українському суспільстві й існує рівноправ'я, жінки все ж зберігають привілегию бути пасивною у відносинах, надаючи чоловікові певну частину відповідальності за добробут та статки.

Досліджувані **чоловічої статі** утворили відносно рівну кількість асоціацій до обох словосполучень-стимулів. Так словосполучення-стимул «Жінка, яка реалізувала себе у житті» отримало 18 асоціацій даної категорії, а словосполучення-стимул «Чоловік, який реалізував себе у житті» - 17. Чоловіки асоціюють із самоактуалізованою жінкою такі поняття як «цілеспрямована» (7), «працелюбна» (3), «активна», «вольова» тощо.

Самоактуалізований чоловік, на думку досліджуваних чоловічої статі, є «наполегливим» (3), «цілеспрямованим» (3), «вольовим» (2), «схильним до ризику» (2) тощо. Таким чином ми бачимо, що чоловіки наділяють самоактуалізованих особистостей обох статей такою характеристикою як активність.

Порівнюючи результати, яскраво видно, що жінки наділяють самоактуалізованого чоловіка більшою активністю в порівнянні із самоактуалізованою жінкою, чоловіки ж, навпаки, демонструють готовність рівного розділення активності у житті між обома статями.

Самосприйняття. До даної категорії ввійшли асоціації, які описують ставлення особистості до себе, її вдачу та внутрішній стан.

Досліджувані **жіночої статі** утворили наступні асоціації до першого словосполучення-стимулу: «сильний характер» (6), «успішна» (6), «щаслива» (5), «впевнена в собі» (4), «кохана та задоволена» (див. додаток А). Асоціації до другого словосполучення-стимулу наступні: «сильний духом» (8), «успішний» (5), «впевнений в собі» (3), «коханий та задоволений», «задоволений собою» (див. додаток А). Таким чином, жінки розглядають самоактуалізовану особистість як впевнену в собі, успішну та сильну характером незалежно від статі. Проте, слід зауважити, що асоціація «щаслива», яка є описом емоційного стану особистості, викликана лише першим стимулом. Із цього можна робити висновок, що жінки сприймають чоловіків як менш щасливих.

Досліджувані **чоловічої статі** утворили наступні асоціації до першого словосполучення-стимулу: «впевнена в собі» (4), «успішна» (4), «задоволена собою» (2), «стійка духом» (2), «благополучна», «життєрадісна», «щаслива» (див. додаток А). Друге словосполучення-стимул викликало наступні асоціації: «успішний» (4), «впевнений у собі» (3), «задоволений собою» (2), «самоіронічний, гарне почуття гумору», «щасливий» (див. додаток А). Таким чином ми бачимо, що чоловіки вбачають незначну відмінність між самоактуалізованою жінкою та самоактуалізованим чоловіком, сприймаючи

самоактуалізацію як процес, який дарує особистості впевненість у собі, успішність, задоволеність собою тощо.

Порівнюючи результати між досліджуваними різних статей, можна дійти висновку, що як жінки, так і чоловіки вбачають наслідками самоактуалізації позитивне ставлення до себе, успішність, впевненість у собі тощо. Проте, жінки продемонстрували більшу увагу до емоційного переживання «щастя».

Серед *інших характеристик* досліджувані **жіночої статі** утворили наступні асоціації до першого словосполучення-стимулу: «ніжна» (2), «оптимістична» (2), «пунктуальна» (2), «відважна», «терпляча» тощо. Окрім того, було утворено такі дві асоціації як «безсовісна» та «жорстока» (див. додаток А). Це можна пояснити особистісним досвідом досліджуваних. До другого стимулу досліджувані утворили такі асоціації як «відповідальний», «вірний», «добрий», «мобільний», «моральний», «ніжний» тощо (див. додаток А). Тобто у жіночій свідомості процес самоактуалізації асоціюється із надбанням позитивних рис особистості обома статями.

Досліджувані **чоловічої статі** утворили наступні асоціації до словосполучення-стимулу «Жінка, яка реалізувала себе у житті»: «спокійна» (2), «ввічлива», «відкрита», «вірна», «гнучка», «добра» тощо. Словосполучення-стимул «Чоловік, який реалізував себе у житті» викликало наступні асоціації: «відданий», «довірливий», «критичний», «сміливий», «хитрий» тощо. Окрім того, було отримано такі асоціації як «Грубий» та «Підлий», що можна пов'язати із індивідуальним досвідом досліджуваних.

Асоціації групи «**Зовнішній локус**» вказують на наступні особливості самоактуалізації:

Зовнішній вигляд. Досліджувані **жіночої статі** утворили більше асоціації даної категорії до другого стимулу. Сума асоціацій до першого стимулу склала 4 (асоціація «гарна»), до другого – 8 (асоціації: «мужній» (3), «охайний» (2), «атлетичний», «брюнет», «привабливий») (див. додаток Б).

Таким чином, жінки асоціюють зовнішню привабливість переважно із самоактуалізацією саме чоловіків.

Досліджувані **чоловічої статі** утворили дещо більше асоціацій даної категорії до другого словосполучення-стимулу. Так сума асоціацій до першого стимулу складає 13, до другого – 16. Асоціації, що були викликані словосполученням-стимулом «Жінка, яка реалізувала себе у житті»: «приваблива» (7), «сильна» (2), «гарно, вишукано одягається», «доглянута, зі смаком», «посміхається». Також слід відмітити асоціацію «чоловікоподібна». Словосполучення-стимул «Чоловік, який реалізував себе у житті» викликав наступні асоціації даної категорії: «сильний» (7), «мужній» (3), «спортивний» (3), «сексуальний» (2), «гарне тіло». Можна помітити, що чоловіки наділили самоактуалізовану жінку ознаками загальної привабливості, гарного смаку та фізичної сили, тоді ж як зовнішність самоактуалізованого чоловіка асоціюється з конкретними фізичними параметрами, такими як сила, мужність, спортивність тощо.

Порівнюючи результати між досліджуваними різних статей, можна зробити висновок про те, що як жінки, так і чоловіки асоціюють зовнішність самоактуалізованої жінки із загальною привабливістю («гарна», «приваблива») та вказують здебільшого конкретні зовнішні параметри самоактуалізованого чоловіка («сильний», «брюнет», «атлетичний», «спортивний»).

Достаток. Досліджувані **жіночої статі** утворили однакову кількість асоціацій даної категорії. Сума асоціацій на обидва стимули складає по 5 для кожної статі. Словосполученням-стимулом «Жінка, яка реалізувала себе у житті» викликало у досліджуваних наступні асоціації: «високооплачувана робота» (2), «високий достаток», «має власне житло», «фінансово незалежна» (див. додаток А, табл. 3.7). Асоціації до словосполучення-стимулу «Чоловік, який реалізував себе у житті» наступні: «високий достаток» (2), «добре оплачувана робота», «має власне житло», «фінансово стабільний» (див. додаток А, табл. 3.7). Можна помітити, що смислова наповненість до

першого та другого стимулів дещо різняться: досліджувані жіночої статі оцінюють матеріальний стан самоактуалізованої жінки як «незалежний», що віддзеркалює дані, отримані у категорії «Автономність». Самоактуалізованих чоловіків вони оцінюють як «фінансово стабільних», надаючи чоловікам апріорно більший рівень автономності, в тому числі й фінансової. Це можна пов'язати з вищезазначеними результатами аналізу асоціацій «Внутрішнього локусу». Жінки делегують чоловікам активність за здобуття коштів, що призводить до зростання автономності останніх; а для компенсації своєї залежності, жінки вбачають самореалізовану жінку автономною.

Досліджувані **чоловічої статі** утворили значно більше асоціацій до другого стимулу. Так сума асоціацій даної групи до першого стимулу складає 2, а до другого – 7 (див. додаток Б). Асоціації до першого словосполучення-стимулу складають: «забезпечена» (2), асоціації до другого словосполучення-стимулу наступні: «заможний» (6), «заробляє гроші». Можна помітити, що чоловіки покладають більшу фінансову відповідальність на чоловіків, вбачаючи самоактуалізацію жінки ефективнішою в інших сферах.

Порівнюючи результати, яскраво видно таку особливість: досліджувані жіночої статі детальніше операціоналізують поняття достатку, вказуючи такі асоціації як «високооплачувана робота», «має власне житло» та вбачають збагачення результатом процесу самоактуалізації для обох статей, тоді як чоловіки виразили поняття достатку більш загальними поняттями «забезпечена» та «заможний» і вбачають збагачення результатом процесу самоактуалізації здебільшого для чоловіків.

Кар'єра. Досліджувані **жіночої статі** утворили однакову кількість асоціації даної групи до обох словосполучень-стимулів. Так асоціації до першого стимулу складають такі поняття як: «задоволена кар'єрою», «має кар'єру», «творча професія», «успішна кар'єра» (див. додаток Б). Другий стимул викликав у досліджуваних жіночої статі наступні асоціації даної категорії: «успішна кар'єра» (2), «має кар'єру», «стабільна робота». З цього можна зробити висновок про те, що жінки вбачають наявність успішного

кар'єрного зростання наслідком самоактуалізації для осіб обох статей, проте чоловіки, як і в попередній категорії, отримали асоціацію «стабільність».

Досліджувані **чоловічої статі** утворили однакову кількість асоціацій на обидва словосполучення-стимули (по 2 асоціації) (див. додаток Б). Словосполучення-стимул «Жінка, яка реалізувала себе у житті» викликало у чоловіків наступні асоціації даної категорії: «добра робота» та «має роботу». Словосполучення-стимул «Чоловік, який реалізував себе у житті» викликало у чоловіків такі асоціації як «високий професійний рівень» та «зациклений на роботі». Таким чином, чоловіки вбачають лише наявність роботи достатнім досягненням самоактуалізованої жінки, тоді як самоактуалізований чоловік повинен мати «високий професійний рівень».

Порівнюючи результати досліджуваних різних статей, можна помітити, що як жінки, так і чоловіки вбачають наявність кар'єри результатом процесу самоактуалізації для осіб незалежно від статі. Проте, кількість асоціацій досліджуваних чоловічої статі категорії «Достаток» перевищує кількість асоціацій категорії «Кар'єра». Таким чином, ми бачимо протиріччя: достаток розглядається продуктом самоактуалізації (переважно чоловіків), проте шляхи здобуття достатку описані недостатньо.

Освіта. Дана категорія асоціацій надана лише особами **жіночої статі** у кількості двох (по одній до кожного стимулу) (див. додаток Б). Це асоціація «має вищу освіту». Таким чином, лише досліджувані жіночої статі демонструють думку про те, що успішна кар'єра будується шляхом здобуття освіти. Це може бути свідченням того, що жінки краще усвідомлюють необхідність вкладання зусиль при здобуття достатку. Проте асоціацій даної категорії є значно менше ніж асоціацій категорії «Кар'єра» та «Достаток».

Інші характеристики. Окрім вищезазначених, до групи зовнішнього локусу ввійшла наступна асоціація особи **чоловічої статі** на перший стимул: «чистий дім» (див. додаток Б). Ця асоціація є віддзеркаленням бачення жінки як господині, і процес самоактуалізації, на думку чоловіка, полягає в тому, щоб виконувати цю роль ще краще.

Асоціації групи «**Соціальна взаємодія**» вказують на наступні особливості самоактуалізації:

Родинна сфера. Досліджувані **жіночої статі** утворили відносно рівну кількість асоціацій даної категорії до обох словосполучень-стимулів. Сума асоціацій до першого стимулу складає 9, це наступні асоціації: «має сім'ю»(4), «має дітей» (2), «гармонійна родина», «є чоловік, діти», «щире весілля». Сума асоціацій до другого стимулу складає 8 (див. додаток В), і це такі асоціації як: «має родину» (3), «має дітей» (2), «оберігає дитину» (2). Також до даної категорії включена асоціація «холостий». Таким чином, досліджувані жіночої статі демонструють відносно однакову увагу до даної категорії, вбачаючи наявність родини результатом самоактуалізації обох статей. Проте, асоціація «холостий» демонструє неоднозначний погляд на наявність родини як умову самоактуалізації чоловіків.

Досліджувані **чоловічої статі** утворили значно більше асоціацій даної категорії на перший стимул. Сума асоціацій до словосполученням-стимулу «Жінка, яка реалізувала себе у житті» складає 15 (див. додаток В), і це такі асоціації: «мати» (3), «кохана дружина» (2), «люблячий чоловік» (2), «виховані діти», «гарна сім'я», «здорова дитина», «має сім'ю» та «любить дітей (має своїх)». Також до даної категорії асоціацій ввійшли наступні: «не має дітей» та «неодружена». Сума асоціацій до словосполучення-стимулу «Чоловік, який реалізував себе у житті» складає 9 (див. додаток В), серед яких: «кохана дружина» (2), «має сім'ю» (2), «сімейний» (2), «виховані діти», «гарна сім'я», «здійснення бажань сім'ї». Можна помітити, що результатом процесу самоактуалізації жінок чоловіки вбачають як наявність родини, так і її відсутність. Можна робити припущення, що погляд чоловіків на відсутність родини як умову самоактуалізації жінок є проекцією.

Порівнюючи результати досліджуваних різних статей, можна зробити висновок про те, що як чоловіки, так і жінки вбачають наявність родини результатом процесу самоактуалізації осіб обох статей. Чоловіки у дещо

значній мірі вбачають родинну сферу важливішою для самоактуалізації жінок, ніж чоловіків.

Лідерські якості. Досліджувані **жіночої статі** утворили рівну кількість асоціацій даної категорії на обидва словосполучення-стимули (по 3) (див. Додаток В). Асоціації до першого стимулу складають: «лідер» (2), «идущая по головам». Асоціації до другого стимулу наступні: «лідер» (2), «вміє змагатися». Можна помітити, що жінки вбачають результатом процесу самоактуалізації осіб жіночої статі таку характеристику як «идущая по головам», тобто вона нахабніша та жорсткіша за чоловіка, який «вміє змагатися».

Досліджувані **чоловічої статі** утворили 2 асоціації до першого стимулу та 3 – до другого. Асоціації до словосполучення-стимулу «Жінка, яка реалізувала себе у житті» наступні: «здатна до лідерства» (2), асоціації до словосполучення-стимулу «Чоловік, який реалізував себе у житті» такі: «домінуючий», «здатний до лідерства», «лідер». Таким чином, чоловіки вбачають у самоактуалізованих чоловіках більше фактичного лідерства («домінантний», «лідер»), тоді як самоактуалізована жінка лише «здатна до лідерства».

Порівнюючи результати досліджуваних різних статей, можна дійти висновку про те, що жінки асоціюють самоактуалізовану особистість як чоловічої, так і жіночої статі із фактичним лідером, тоді як чоловіки бачать лідерство як результат самоактуалізації лише осіб своєї статі, а результат самоактуалізації осіб протилежної статі – лише здатність бути лідером.

Контактність. Досліджувані **жіночої статі** утворили відносно більшу кількість асоціацій даної категорії до другого стимулу. Сума асоціацій до словосполучення-стимулу «Жінка, яка реалізувала себе у житті» складає 3 (див. Додаток В), серед яких: «любима та має справжніх подруг», «має друзів, компанію» та «відкрита». Сума асоціацій до словосполучення-стимулу «Чоловік, який реалізував себе у житті» складає 7 (див. Додаток В), серед яких: «товариський» (2), «допомагає іншим», «комунікабельний», «має

друзів, компанію», «має потрібні зв'язки», «цікавий у спілкуванні». Таким чином, жінки вбачають контактність результатом самоактуалізації переважно чоловіків.

Досліджувані **чоловічої статі** утворили однакоvu кількість асоціацій (по 7) на обидва словосполучення-стимули. Асоціації на перший стимул наступні: «порядна» (2), «дружня», «запитує», «турботлива». Також були утворені такі асоціації як «закрита» та «образлива, погане почуття гумору». Асоціації на другий стимул наступні: «гнучкий», «вміє дружити», «компанійний», «має команду», «поважає оточуючих», «приймаючий», «порядний» (див. Додаток В). Таким чином, чоловіки вбачають соціальні якості результатом самоактуалізації осіб обох статей, проте в самоактуалізованих жінках вони вбачають також такі якості як закритість та образливість.

Порівнюючи результати досліджуваних різних статей, можна помітити, що жінки, на відміну від чоловіків, вбачають контактність результатом самоактуалізації саме осіб чоловічої статі, чоловіки ж наділяють самоактуалізованих осіб обох статей такою якістю як контактність, проте вбачають і деяку закритість в самоактуалізованих жінках.

Окрім цього, були утворені асоціації, які ми віднесли до *інших характеристик*. **Жінки** утворили наступні асоціації даної категорії до першого стимулу: «цікава» (2), до другого – «захисник», «знає потреби інших», «стриманий у критиці інших (див. Додаток В).

Чоловіки утворили наступні асоціації даної категорії до першого стимулу: «емансипована», та до другого – «надійний», «правдивий», «нудний», а також «здатний на підлість» та «не вірний» (див. Додаток В).

Отже, за результатами проведеного дослідження ми можемо зробити наступний опис самоактуалізованої жінки:

1. На думку жінок: інтелектуально розвинена, автономна, успішна, впевнена у собі, щаслива, приваблива, має високий достаток, успішна кар'єра, має родину, лідер.

2. На думку чоловіків: активна, успішна, впевнена у собі, приваблива, успішна кар'єра, має родину, здатна бути лідером.

Також, ми маємо змогу представити наступний опис самоактуалізованого чоловіка:

1. На думку жінок: активний, успішний, впевнений у собі, привабливий, високий достаток, успішна кар'єра, має родину, лідер, високий рівень контактності.
2. На думку чоловіків: інтелектуально розвинений, активний, успішний, впевнений у собі, привабливий, заможний, успішна кар'єра, має родину, лідер, високий рівень контактності.

Висновки до Розділу III

Отже, результати проведеного емпіричного дослідження дають нам змогу робити висновок про те, що існують гендерні відмінності у прагненні до самоактуалізації.

Досліджувані чоловічої статі репрезентували андрогінність, наближену до маскулінності, тобто відносну рівність між стереотипово жіночими та чоловічими якостями із незначною перевагою маскулінних рис. Лише один досліджуваний виявився маскулінним.

Досліджувані жіночої статі характеризуються андрогінністю із відносним наближенням до фемінності, четверо досліджуваних репрезентували фемінність.

Серед досліджуваних не виявилось жодного з яскраво вираженою маскулінністю або фемінністю, це може бути спричинено тим, що андрогінний тип особистості є найбільш адаптивним у сучасному соціумі, який інтенсивно трансформується та може ставити перед особистістю ряд норм поведінки та взаємодії, який, як і саме суспільство, зазнає постійних змін.

Середні показники по всіх шкалах у чоловіків відносно рівні, не спостерігається значних стрибків розвитку певних проявів самоактуалізації серед чоловічої вибірки, проте шкала «Погляд на природу людини» має дещо занижені показники, порівняно з іншими.

Для жіночої частини вибірки характерне творче ставлення до життя та неординарний підхід до вирішення проблем, також дана частина вибірки розділяє цінності зрілої особистості (істина, добро, краса). Можна припускати, що ці шкали набрали найбільшу кількість балів через те, що традиційно суспільство заохочує жінок бути добрими та чутливими. Слід зазначити, що середні показники по всіх шкалах відносно рівні, не спостерігається значних стрибків розвитку певних проявів самоактуалізації серед жіночої частини вибірки, проте шкала «Автономності» має дещо занижені показники.

Яскраво видно дві відмінності: жінки менш вільні від думки оточуючих, порівняно з чоловіками, а чоловіки, у свою чергу, більш ворожо ставляться до оточуючих та розглядають особистість як таку, яка здатна на зраду, є недоброю по своїй природі (шкала «Погляд на природу людини»). Це може бути пов'язано з тим, що чоловікам притаманно з недовірою ставитися до оточуючих з метою забезпечення свого благополуччя та благополуччя своєї родини (традиційна гендерна роль чоловіка-захисника).

З маскулінністю корелюють шкали: «Автономність» та «Аутосимпатія». Окрім цього, маскулінність корелює із даними шкалами незалежно від біологічної статі.

Всі інші шкали мають або низький, або незначний рівень оберненої кореляції із гендерними характеристиками. Шкали «Цінностей», «Погляду на природу людини» та «Гнучкості у спілкуванні» мають слабку та незначну пряму кореляцію із фемінністю.

Більшість шкал, а тому і більшість сторін самоактуалізації особистості, корелюють із маскулінністю. Проте, слід відмітити статеві відмінності кореляції по шкалам «Орієнтація у часі», «Цінності», «Спонтанність» та «Гнучкість у спілкуванні». Ці чотири шкали у жіночій частини вибірки пов'язані з фемінністю. Також цікавим є те, що жодна зі шкал чоловічої частини вибірки не корелює з фемінністю.

Досліджуваним характерно наділяти образ самоактуалізованої особистості своєї статі більшими інтелектуальними можливостями ніж протилежної.

Жінки вбачають автономність результатом процесу самоактуалізації особистості жіночої статі. Вони делегують чоловікам активність за здобуття коштів, що призводить до зростання автономності останніх; а для компенсації своєї залежності, жінки вбачають самореалізовану жінку автономною.

Жінки наділяють самоактуалізованого чоловіка більшою активністю в порівнянні із самоактуалізованою жінкою, чоловіки ж, навпаки,

демонструють готовність рівного розділення активності у житті між обома статями.

Як жінки, так і чоловіки вбачають наслідками самоактуалізації позитивне ставлення до себе, успішність, впевненість у собі тощо. Проте, жінки продемонстрували більшу увагу до емоційного враження «щастя».

Як жінки, так і чоловіки асоціюють зовнішність самоактуалізованої жінки із загальною привабливістю («гарна», «приваблива») та вказують здебільшого конкретні зовнішні параметри самоактуалізованого чоловіка («сильний», «брюнет», «атлетичний», «спортивний»).

Досліджувані жіночої статі детальніше операціоналізують поняття достатку, вказуючи такі асоціації як «високооплачувана робота», «має власне житло» та вбачають збагачення результатом процесу самоактуалізації для обох статей, тоді як чоловіки виразили поняття достатку більш загальними поняттями «забезпечена» та «заможний» і вбачають збагачення результатом процесу самоактуалізації здебільшого для чоловіків. Окрім цього, можна помітити, що як жінки, так і чоловіки вбачають наявність кар'єри результатом процесу самоактуалізації для осіб незалежно від статі. Проте, кількість асоціацій досліджуваних чоловічої статі категорії «Достаток» перевищує кількість асоціацій категорії «Кар'єра». Таким чином, ми бачимо протиріччя: достаток розглядається продуктом самоактуалізації (переважно чоловіків), проте шляхи здобуття достатку описані недостатньо. Лише досліджувані жіночої статі демонструють думку про те, що успішна кар'єра будується шляхом здобуття освіти. Проте асоціацій даної категорії є значно менше ніж асоціацій категорії «Кар'єра» та «Достаток».

Як чоловіки, так і жінки вбачають наявність родини результатом процесу самоактуалізації осіб обох статей. Чоловіки у дещо значній мірі вбачають родинну сферу важливішою для самоактуалізації жінок, ніж чоловіків.

Жінки асоціюють самоактуалізовану особистість як чоловічої, так і жіночої статі із фактичним лідером, тоді як чоловіки бачать лідерство як

результат самоактуалізації лише осіб своєї статі, а результат самоактуалізації осіб протилежної статі – лише здатність бути лідером.

Жінки, на відміну від чоловіків, вбачають контактність результатом самоактуалізації саме осіб чоловічої статі, чоловіки ж наділяють самоактуалізованих осіб обох статей такою якістю як контактність, проте вбачають і деяку закритість в самоактуалізованих жінках.

Обидві методики не містять шкали щирості, тому ми не можемо абсолютизувати результати. Всі зроблені висновки можна визначати лише як припущення, а не факти.

Результати асоціативного експерименту дають змогу робити висновки, які можуть представляти цінність для практичних психологів, психологів-консультантів, психологів у закладах освіти, а також можуть бути корисними для подальших теоретичних наробок у галузі гендерної психології, є підставою для проведення подальших досліджень за допомогою методів репертуарних решіток Келлі, багатовимірного шкалювання, ранжування тощо.

Підсумки

У дипломній роботі було проведено теоретичний аналіз і емпіричне дослідження гендерних відмінностей у прагненні до самоактуалізації, що дало можливість сформулювати наступні висновки.

1. На основі аналізу наукової літератури було здійснено теоретичний аналіз проблеми гендерних відмінностей у прагненні до самоактуалізації. Було розглянуто основні підходи до вивчення самоактуалізації у світовій та вітчизняній психології, описано поняття та характеристики, чинники самоактуалізації. Самоактуалізація – це процес розгортання та дозрівання початково закладених в організмі й особистості задатків, потенцій та можливостей. Самоактуалізація особистості може включати такі сфери як: соціальні характеристики (взаємодія зі соціумом); психологічні якості (безпосередність, демократичний характер); лідерські характеристики (прагнення до влади); прагнення до творчості (креативність); професійна сфера (прагнення до влади); самосприйняття тощо. Проаналізовано підходи до визначення понять як «гендер» та «гендерні відмінності». Гендер – це соціально-біологічна характеристика, за допомогою якої люди дають визначення поняттям «чоловік» і «жінка».
2. Проведено емпіричне дослідження гендерних відмінностей у прагненні до самоактуалізації. Для визначення рівня маскулінності-фемінності особистості було використано методичку «Маскулінність-фемінність» С. Бем. Для визначення рівня прагнення до самоактуалізації було обрано методичку «Діагностика самоактуалізації особистості – САМОАО» - (А.В. Лазукіна, в адаптації Н.Ф. Каліної), яка включає 11 шкал. Асоціативний експеримент проведений для дослідження образів самоактуалізованої жінки та самоактуалізованого чоловіка, з

метою більш точно та широко описати гендерний аспект прагнення до самоактуалізації особистості.

3. Результати емпіричного дослідження було проаналізовано і піддано статистичній обробці (кореляційний аналіз проведено за допомогою програми Microsoft Office Excel 2003). Результати дослідження показали наявність зв'язку між гендерними характеристиками особистості та різними аспектами самоактуалізації. З маскулінністю корелюють шкали: «Автономність» та «Аутосимпатія». Окрім цього, маскулінність корелює із даними шкалами незалежно від біологічної статі. Всі інші шкали мають або низький, або незначний рівень оберненої кореляції із гендерними характеристиками. Шкали «Цінностей», «Погляду на природу людини» та «Гнучкості у спілкуванні» мають слабку та незначну пряму кореляцію із фемінністю. Окрім цього, було з'ясовано ряд важливих фактів під час аналізу результатів асоціативного експерименту (виділені групи асоціацій, проаналізовано відмінності асоціацій чоловіків та жінок). Досліджуваним характерно наділяти образ самоактуалізованої особистості своєї статі більшими інтелектуальними можливостями ніж протилежної. Жінки наділяють самоактуалізованого чоловіка більшою активністю в порівнянні із самоактуалізованою жінкою, чоловіки ж, навпаки, демонструють готовність до визнання права на рівний розподіл активності між обома статями. Як жінки, так і чоловіки вбачають наслідками самоактуалізації позитивне ставлення до себе, успішність, впевненість у собі тощо. Як жінки, так і чоловіки асоціюють зовнішність самоактуалізованої жінки із загальною привабливістю та вказують здебільшого конкретні зовнішні ознаки самоактуалізованого чоловіка. Досліджувані жіночої статі детальніше операціоналізують поняття достатку та вбачають збагачення результатом процесу самоактуалізації обох

статей. Чоловіки вбачають збагачення результатом процесу самоактуалізації здебільшого представників своєї статі. Окрім цього, можна помітити, що як жінки, так і чоловіки вбачають наявність кар'єри результатом процесу самоактуалізації осіб незалежно від статі. Лише досліджувані жіночої статі демонструють впевненість у тому, що успішна кар'єра буде досягнута шляхом здобуття освіти. Жінки асоціюють самоактуалізовану особистість як чоловічої, так і жіночої статі із лідерськими якостями, тоді як чоловіки бачать лідерство як результат самоактуалізації лише осіб своєї статі. Жінки, на відміну від чоловіків, вбачають контактність результатом самоактуалізації саме осіб чоловічої статі, чоловіки ж наділяють самоактуалізованих осіб обох статей такою якістю як контактність, проте вбачають і деяку закритість самоактуалізованих жінок. Результати асоціативного експерименту дають змогу робити висновки, які можуть представляти цінність для практичних психологів, психологів-консультантів, психологів у закладах освіти, а також можуть бути корисними для подальших теоретичних наробок у галузі гендерної психології. Вони є підставою для проведення подальших досліджень гендерних відмінностей самоактуалізації за допомогою психосемантичних методів (зокрема, методу репертуарних ґраток Дж. Келлі).

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Мещеряков Б.Г., Зинченко В.П. Большой психологический словарь. – М.: Прайм-Еврознак, 2003. – 672 с.
2. Холл К., Гарднер Л. Теория личности. М., 1997.
3. Психоаналитические термины и понятия: Словарь/Под ред. Борнесса Э. Мура и Бернарда Д. Фаина/Перевод с англ. А. М. Боковинова, И. Б. Гриншпуна, А. Фильца. — М., 2000
4. Юнг К. Архетип и символ. М., 1992.
5. Юнг К. Дух и жизнь. М., 1996.
6. Адлер А. Понять природу человека. СПб., 1997.
7. Вахромов Е.Е. Понятие "Самоактуализация" в психологии. – Реферат материалов к 1 главе диссертации
8. Вахромов Е.Е. Развитие теории самоактуализации в отечественной педагогике и психологии // Потенциал личности: комплексная проблема. Материалы второй Всероссийской Internet-конференции/Отв.ред Е.А. Уваров. – Тамбов: Изд-во ТГУ им. Г.Р. Державина, 2003 (с.345-351)
9. Леонтьев Д.А. Самоактуализация как движущая сила личностного развития: историко-критический анализ //Современная психология мотивации.- М., 2002.
10. Хьелл Ларри А. Теории личности: основные положения, исследования и применение: пер. с англ. / Л.А. Хьелл, Д.Дж. Зиглер. - [2-е изд., испр.]. - СПб. и др. : Питер, 2001.
11. А.Маслоу. Психология бытия. М.: "Рефл-бук" – К.: "Ваклер", 1997
12. Маслоу А. Дальние пределы человеческой психики. М., 1997.
13. Леонтьев Д.А. Развитие идеи самоактуализации в работах А.Маслоу // Вопросы психологии, 1987, N 3, с.150-158.
14. О.В. Яремчук. Соціально-психологічна модель саморозвитку суб'єкта культуротворчості // Проблеми загальної та педагогічної психології : зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН

- України / за ред. С.Д. Максименка. Т.ХІV, част.2. – К., 2012. – С.140 – 151.
15. Братаніч Б. В., Ільченко І.Г. Самоактуалізація особистості та освіта // ФПО. – 2011. – №2. – С. 13-20
16. Максименко, С. Д. Поняття особистості в психології / Практична психологія та соціальна робота. - 2006. - № 7. - С. 1-6
17. Максименко С.Д. Психологія особистості: Підручник / С.Д.Максименко, К.С.Максименко, М.В.Папуча. – К.: ТОВ “КММ”, 2007. – 296 с.
18. Берн Ш. Гендерная психология.- СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2004.– 320с.
19. Практикум по гендерной психологии/Под ред И.С.Клециной. СПб.: Питер, 2003.
20. Келли Г. Процесс каузальной атрибуции // Современная зарубежная социальная психология. М.: Издательство Московского университета, 1984. – С. 127-137.
21. Гидденс, Э. Социология / Под ред. Л. С. Гурьевой, Л. Н. Посилевича. — М.: Эдиториал УРСС, 1999. — 703 с.
22. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины. СПб-б.: Питер, 2008. – 544 с.
23. K. Deaux, T. Emsweller, «Explanations of successful performance on sex-linked tasks: What is skill for male is luck for the female», Journal of Personality and Social Psychology, 1974, 29: 80-85.
24. Иванова Е. Гендерная проблематика в психологии // Введение в гендерные исследования. Ч. I: Уч. пособ. / Под ред. И. А. Жеребкиной. Харьков, 2001. С. 312–345.
25. Томпсон Д., Пристли Д. Биологический пол, социальный пол и сексуальность // Томпсон Д., Пристли Д. Социология.– М., 1998. С. 70-104.

26. Визгина А. В., Пантилеев С. Р. Проявление личностных особенностей в самоописаниях мужчин и женщин // Вопросы психологии, 2001, № 3. – С. 90 – 101.
27. Вейнингер О. Пол и характер. - М.: Латард, 1997. - 358 с.
28. Bem, S. L. (1981). Gender schema theory: A cognitive account of sex typing. *Psychological Review*, 88, 354–364
29. Резвушкина Т. Использование метода семантического дифференциала при изучении гендерных стереотипов. - Гендерные исследования в Центральной Азии. Сб. матер. межд. летней школы. Алматы: "Центр гендерных исследований", 2002. – С.187-193.
30. Крейдлин Г.Е., Чувилина Е.А. Улыбка как жест и как слово (к проблеме внутриязыковой типологии невербальных актов) //ВЯ. - 2001. - №4. - С. 66 - 93.
31. Малышева Н.В. Гендерные стереотипы в молодежных средствах массовой коммуникации. Автореф. дисс. ... канд. псих. н. Москва, 2008. – 20 с.
32. Ожигова Л. Н. Гендерная интерпретация самоактуализации личности в профессии: Автореф. дис.... канд. психол. наук. — Краснодар, 2000.
33. Реан А. А. Психология изучения личности. — СПб., 1999.
34. Общая и профессиональная самоактуализация личности студента в процессе обучения в вузе / Е. В. Самаль. - Минск : РИВШ, 2010. - 167с.
35. Ананьев В.А. Практикум по психологии здоровья. Методическое пособие по первичной специфической и неспецифической профилактике. - СПб.: Речь, 2007. - 320 с.
36. Зеркалов Д.В. Охорона праці в галузі: Загальні вимоги. Навчальний посібник. – К.: «Основа». 2011. – 551 с.

Додаток А

Результати асоціативного експерименту

Таблиця 3.6.

Асоціації групи «Внутрішній локус»

Внутрішній локус		
Словосполучення-стимул	Жінка, яка реалізувала себе у житті	Чоловік, який реалізував себе у житті
Стать досліджуваних	<p>Інтелектуальна сфера (12)</p> <p>Розумна (6) Освічена (2) Раціональна Розсудлива Всебічно розвинена Талановита</p>	<p>Інтелектуальна сфера (9)</p> <p>Розумний (7) Раціоналіст Уважний</p>
	<p>Автономність (8)</p> <p>Самодостатня (5) Незалежна (3)</p>	-
	<p>Активність (12)</p> <p>Наполеглива (4) Рішуча (3) Цілеспрямована Вміє організувати себе Працелюбна Захищає свої інтереси Має цілі в житті</p>	<p>Активність (17)</p> <p>Цілеспрямований(4) Амбіційний (3) Владний (2) Працелюбний (2) Рішучий (2) Активний Вміє реалізовувати свої плани Вміє ризикувати Схильний до ризику</p>
Жіноча		

	<p align="center">Самосприйняття (18)</p> <p>Сильний характер (6) Успішна (6) Щаслива (5) Впевнена в собі (4) Кохана та задоволена</p>	<p align="center">Самосприйняття (18)</p> <p>Сильний духом (8) Успішний(5) Впевнений в собі (3) Коханий та задоволений Задоволений собою</p>
	<p align="center">Інші характеристики</p> <p>Ніжна (2) Оптимістична (2) Пунктуальна (2) Відважна Власниця Вміє переживати невдачі З почуттям гумору Театральна Терпляча Безсовісна Жорстока</p>	<p align="center">Інші характеристики</p> <p>Відповідальний Вірний Добрий Мобільний Моральний Ніжний Оптимістичний Пунктуальний Спокійний(2) Тактовний (3) Скупий Жорстокий</p>
Чоловіча	<p align="center">Інтелектуальна сфера (7)</p> <p>Розумна (4) Творча Здібна Спонтанна</p>	<p align="center">Інтелектуальна сфера (12)</p> <p>Розумний(4) Аналітичний Досвічений Книголюб Духовний, етичний Творчий Систематичний Спонтанний Цікавиться мистецтвом</p>
	<p align="center">Автономність (3)</p> <p>Незалежна (2)</p>	<p align="center">Автономність (5)</p> <p>Незалежний (3)</p>

	Самостійна	Самодостатній (2)
	<p align="center">Активність (18)</p> Цілеспрямована (7) Працелюбна (3) Активна Вольова Владна Енергійна Прагнення до перемоги Реалізувала свої здібності Схильна до ризику Чітко планує майбутнє	<p align="center">Активність (17)</p> Наполегливий (3) Цілеспрямований (3) Вольовий (2) Схильний до ризику (2) Принциповий (2) Адаптивний Активний Працелюбний Рішучий Виважений, стриманий
	<p align="center">Самосприйняття (15)</p> Впевнена в собі (4) Успішна (4) Задоволена собою (2) Стійка духом (2) Благополучна Життєрадісна Щаслива	<p align="center">Самосприйняття (12)</p> Успішний (4) Впевнений в собі (3) Задоволений собою (2) Самоіронічний, гарне почуття гумору Щасливий
	<p align="center">Інші характеристики</p> Спокійна (2) Ввічлива Відкрита Вірна Вміє бути «слабкою» Гнучка Добра Емоційно холодна Любляча	<p align="center">Інші характеристики</p> Відданий Довірливий Критичний Сміливий Спокійний, неквапливий Хитрий Грубий Підлий

	Надійна Не грає ролі, «справжня» Не підкорена моральним принципам Смілива Терпелива Високомірна Схильна до агресії	
--	--	--

Додаток Б

Таблиця 3.7.

Асоціації групи «Зовнішній локус»

Зовнішній локус		
Словосполучення-стимул Стать досліджуваних	Жінка, яка реалізувала себе у житті	Чоловік, який реалізував себе у житті
Жіноча	Зовнішній вигляд (4) Гарна(4)	Зовнішній вигляд (8) Мужній(3) Охайний (2) Атлетичний Брюнет Привабливий
	Достаток (5) Високооплачувана робота (2) Високий достаток Має власне житло Фінансово незалежна	Достаток (5) Високий достаток (2) Добре оплачувана робота Має власне житло Фінансово стабільний
	Кар'єра (4) Задоволена кар'єрою Має кар'єру Творча професія Успішна кар'єра	Кар'єра (4) Успішна кар'єра (2) Має кар'єру Стабільна робота
	Освіта (1) Має вищу освіту	Освіта (1) Має вищу освіту
Чоловіча	Зовнішній вигляд (13) Приваблива(7) Сильна(2) Гарно, вишукано одягається	Зовнішній вигляд (16) Сильний (7) Мужній(3) Спортивний(3)

	Доглянута, зі смаком Посміхається Чоловікоподібна	Сексуальний(2) Гарне тіло
	Достаток (2) Забезпечена(2)	Достаток (7) Заможний(6) Заробляє гроші
	Кар'єра (2) Добра робота Має роботу	Кар'єра (2) Високий професійний рівень Зациклений на роботі
	Інші характеристики Чистий дiм	-

		Знає потреби жінки Стриманий у критиці інших
Чоловіча	Родинна сфера (16) Мати (3) Кохана дружина (2) Люблячий чоловік (2) Виховані діти Гарна сім'я Добра хазяйка Здорова дитина Має сім'ю Любить дітей (має своїх) Не має дітей Неодружена	Родинна сфера (9) Кохана дружина(2) Має сім'ю (2) Сімейний (2) Виховані діти Гарна сім'я Здійснення бажань сім'ї
	Лідерські якості (2) Здатна до лідерства (2)	Лідерські якості (3) Домінуючий Здатний до лідерства Лідер
	Контактність (7) Дружня Порядна (2) Закрита Запитує Образлива, погане почуття гумору Турботлива	Контактність (7) Гнучкий Вміє дружити Компанійний Має команду Поважає оточуючих Приймаючий Порядний
	Інші характеристики Емансипована	Інші характеристики Надійний Здатний на підлість Не вірний Нудний Правдивий

Додаток Г

Важкість праці: інтелектуальна напруженість

Розумова праця поєднує роботи, пов'язані з прийомом і переробкою інформації, що вимагають переважно напруженості сенсорного апарату, уваги, пам'яті, а також активізації процесів мислення та емоційної сфери. Можна виділити дві основні форми розумової праці (за професіями): професії в сфері матеріального виробництва (конструктори, проєктанти, інженери-технологи, управлінський персонал, оператори технологічного устаткування, програмісти й ін.) і професії поза матеріальним виробництвом (учені, лікарі, учителі, учні, письменники, артисти й ін.).

Ступінь емоційного навантаження на організм, що вимагає переважно інтенсивної роботи мозку по одержанню і переробці інформації, визначає напруженість праці. Крім того, при оцінці ступеня напруженості праці враховують ергономічні показники: змінність праці, позу, число рухів, зорову і слухову напруженість та ін.

Фізіологічною особливістю розумової праці є мала рухливість і вимушена одноманітна поза. При цьому послабляються обмінні процеси, що обумовлюють застійні явища в м'язах ніг, органах черевної порожнини і малого тазу, погіршується постачання кисню до

головного мозку. У той же час мозок споживає при цьому близько 20% всіх енергетичних ресурсів. Приплив крові до працюючого мозку збільшується в 8-10 разів у порівнянні зі станом спокою. Вміст глюкози в крові збільшується на 18-36% і зростає вміст адреналіну, норадреналіну та жирних кислот. Збільшується споживання амінокислот, вітамінів групи В. Погіршується гострота зору, контрастна чутливість і зорова працездатність, в результаті чого збільшується час зорово-моторних реакцій. Тривале розумове навантаження впливає на психічну діяльність, погіршує функції уваги (обсяг, концентрація, переключення), пам'яті (короткочасної і довгострокової), сприйняття (збільшується частота помилок). При значній розумовій напруженості спостерігається тахікардія (частішання пульсу), підвищення кров'яного тиску, зміни в електрокардіограмі, електроенцефалограмі, які характеризують біоелектричну активність мозку, збільшення легеневої вентиляції і споживання кисню. А ці функціональні зміни в організмі, в свою чергу, викликають настання гальмових процесів: ослаблення пильності й уваги, стомлення [36].