

*Стаття надійшла до редакції 06.03.2012*

**УДК 159**

*Степанова І.В.  
м. Харків. Україна*

## **ЯКІСТЬ І СЕНС ЖИТТЯ У ПРОФЕСІЙНО ЗАЙНЯТИХ ЖІНОК**

У наш час (Сьогодні) у суспільстві все більша кількість жінок займає керівні посади. У зв'язку з цим вдосконалення управлінської підготовки жінок потребує вивчення індивідуальних особливостей зайнятих кар'єрою жінок. Саме професійно зайняті жінки зараз виходять на світову арену. Тому вивчення їх сенсожиттєвої сфери, якості їх життя дуже важливе, бо психологам, а особливо соціальним, необхідно мати уяву про картину їхнього життя у соціумі, взаємовідносин з оточуючим світом, внутрішнього налаштування.

Проаналізувавши велику кількість літератури, ми прийшли висновку, що дана тема дуже актуальна у наш час. Темою сенсу життя займалися такі відомі вчені та психологи як: Леонт'єв Д. О., В. Е. Франк, Трубецької Е. Н., Кузнецова С. У., Зеленкова І. Л., Шрейдер Ю. А., К. Г. Юнг, А. Адлер та інші. Проблемою сенсу життя цікавилися не тільки в наш час. Це питання повстало ще у давні часи і досі актуальне. Стосовно якості життя, цей параметр поширився на клінічну психологію та медицину. Саме там він використовується дуже часто. На сьогодні вважається, що якість життя є характеристикою фізичного, психологічного, емоційного і соціального функціонування, тими сторонами життя, на які впливає хвороба чи її лікування, нещасні випадки що має в основі суб'єктивне сприйняття. У медицині якість життя стосується передусім станом здоров'я, тому в даному випадку коректно застосовувати поняття «якість життя, пов'язана зі здоров'ям». Вважається, що це — рівень благополуччя і задоволення. Хоча цей термін більш точно відображає суть питання, у медичній літературі все-таки частіше зустрічається загальний термін «якість життя», який ми теж будемо використовувати в даній статті. Зрозуміло, що насамперед ідеться про якість життя, пов'язану зі здоров'ям.

**Мета даної роботи полягає** у експериментальному вивченні особливостей сенсожиттєвої сфери та якості життя у професійно зайнятих жінок.

Для цього нами було проведено емпіричне дослідження, за допомогою якого ми дослідили відмінності у сприйнятті якості життя у професійно зайнятих та незайнятих жінок та здійснили порівняльний аналіз відмінностей сенсожиттєвої сфери у професійно зайнятих та незайнятих жінок.

Завдання роботи зумовили вибір комплексу методів та методик дослідження, а саме: теоретичні методи аналізу наукового матеріалу інформаційних джерел; емпіричні методи - тест сенсожиттєвих орієнтацій (СЖО) Джеймса

Крамба і Леонарда Махоліка, в адаптації Д.О. Леонтєва, методика оцінки якості життя (SF-36 health status survey), авторська анкета «Кар'єра чи сім'я».

**Виклад основного матеріалу.** Поняття "людина" не існує без поняття "діяльність". Поки в тілі людини присутній життя, вона неодмінно буде здійснювати себе у поза через діяльність. Як відомо, у вітчизняній психології зв'язок особистості з виробленою нею діяльністю широко досліджувалася і знайшла своє вираження в структурованому діяльнісного підходу, згідно з яким між суб'єктом і його діяльністю відбувається взаємовплив (Л. С. Виготський, С. А. Рубінштейн, А. Н. Леонтєв, Б. М. Теплов, Б. Г. Ананьєв, К. А. Абульханова-Славська, Г. В. Суходольський та ін.)

Серед різноманітних видів соціальної - зовнішньої - діяльності особистості професійна займає особливе місце. Саме професійна діяльність утворює основну форму активності суб'єкта, їй присвячена значна частина життя людини. Для більшості людей саме цей вид діяльності надає можливість задовольнити всю гаму їх потреб, розкрити свої здібності, утвердити себе як особистість, досягти певного соціального статусу. Професійна діяльність, заповнюючи більше 2 / 3 свідомого життя людини, тим самим визначає її сутність як основи розвитку самої особистості. Багатство внутрішньої структури людини багато в чому залежить від його діяльності, а професія становить основну, найбільш істотну, цілеспрямовану її частину.

В емпіричному дослідженні прийняло участь 46 жінок. Вони були розділені на 2 групи по 23 людини:

- Професійно зайняті жінки
- Професійно не зайняті жінки

Середній вік випробуваних – 27 років. Професійно зайняті жінки працюють на різних посадах, пов'язаних з управлінням. В результаті проведеної роботи встановлено наступне.

Для вивчення якості життя у професійно зайнятих жінок була використана методика «SF-36». Участь прийняли 46 жінок. Для порівняння ми протестували незайнятих кар'єрою людей.

У професійно зайнятих жінок рівень фізичного функціонування (98,5) трохи вищий за рівень у незайнятих жінок (96,0), але ця різниця несуттєва. Показник шкали відображає обсяг повсякденному фізичного навантаження, який не обмежений станом здоров'я: чим він вищий, тим більше фізичне навантаження, на думку досліджуваного, він може виконати. Низькі показники за цією шкалою свідчать про те, що фізична активність значно обмежена станом здоров'я.

Рольовий фізичне функціонування. Професійно зайняті жінки (90,0) звертають меншу увагу на свій стан здоров'я у повсякденному та професійному житті ніж безробітні жінки (86,3). Ми можемо говорити, що жінки, зайняті ро-

ботою не мають часу на хвороби та проблеми, посилаючись на свою зайнятість, коли безробітні жінки можуть спокійно лікуватися у вільний час.

Інтенсивність болю у професійно зайнятих жінок (89,7) вища, ніж у незайнятих(83,4). Можна говорити про те, що для зайнятих кар'єрою жінок переносити біль та хвороби тяжче, ніж для безробітних. Це може бути зумовлено тим, що безробітні жінки мають змогу більше часу проводити вдома та лікуватися, важливим фактором одужання ще є сім'я.

Загальний стан здоров'я незайнятих жінок (75,4) вищий за стан здоров'я професійно зайнятих жінок (73,2). Робота відбирає більше сил та нервів у зайнятих жінок.

Незайняті жінки (74,3) перевищують рівень життєздатності зайнятих жінок (62,2). Жінки зайняті роботою віддають більше сили та енергії роботі, зароблянню грошей та кар'єрі. У деяких з них ще можуть бути діти, тому їх рівень життєздатності значно нижчий за рівень безробітних жінок. Шкала життєздатності - має на увазі оцінку відчуття респондентом або пацієнтом повних сил і енергії. Низькі бали свідчать про стомленість досліджуваних, зниженні їх життєвої активності.

Соціальна активність професійно зайнятих жінок (80,0) нижча за соціальну активність безробітних жінок (85,0). На це може впливати відсутність вільного часу у жінок, зайнятих роботою. Низькі бали відповідають значного обмеження соціальних контактів, зниження рівня спілкування у зв'язку з погіршенням здоров'я.

Рольове функціонування, обумовлене емоційним станом у професійно зайнятих жінок (65,0) нижчий за рольове функціонування у незайнятих жінок (81,6). У таких випадках емоційний стан заважає виконанню роботи або іншої повсякденній діяльності (включаючи великі витрати часу, зменшення обсягу роботи, зниження її якості тощо). Великі навантаження, емоційно напружена робота може збити з ритму повсякденності. Яке у свою чергу вплине на відновлення сил та повернення у нормальній стан професійно зайняту жінку.

Психологічне здоров'я у безробітних жінок (71,4) вище за психологічне здоров'я у професійно зайнятих жінок (63,3). Ми можемо говорити, що зайнята роботою жінка більше схильна до нервових зривів, депресій та емоційних перепадів, що зумовлено роботою, сім'єю та відсутністю вільного часу на відпочинок та покращення здоров'я. Чим вище показник, тим більше часу респонденти або пацієнти відчували себе спокійними, умиротвореними протягом останнього місяця. Низькі показники свідчили про наявність депресивних, тривожних станів, психологічному неблагополуччя.

Якість життя прямо залежить від стану здоров'я, комунікацій в соціумі, психологічного та соціального статусу, свободи діяльності і вибору, від стресів і надмірну заклопотаність, організованості дозвілля, рівня освіти, доступу

до культурної спадщини, соціальному, психологічному та професійному самоствердження, психотипу і адекватності комунікацій і взаємин.

Щоб мати згоду дослідити відмінності сенсожиттєвої сфери у професійно зайнятих та незайнятих жінок була використана методика «Сенсожиттєві орієнтації». Порівняльна група дала змогу побачити відмінності, значущість яких була підтверджена математичними підрахунками.

Цілі в житті. Показники цієї субшкали вищі у професійно зайнятих жінок (30,08), ніж у безробітних (28,82). Можна говорити про те, що зайняті жінки бачать більше перспективи у своєму житті, ніж жінки, які не мають роботи. Разом з тим високі бали по цій шкалі можуть характеризувати не тільки цілеспрямовану людину, а й прожектер, плани якого не мають реальної опори в сьогоденні і не підкріплюються особистою відповідальністю за їх реалізацію.

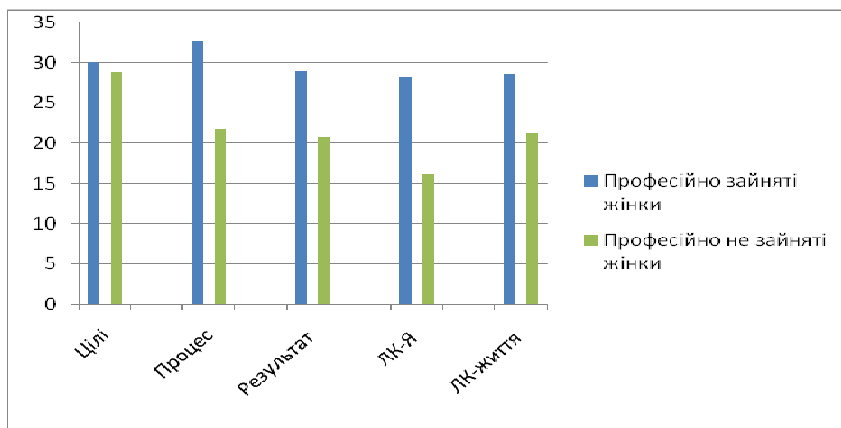
Процес життя, або інтерес і емоційна насиченість життя. Професійно зайняті жінки (32,69) вважають своє життя значно цікавішим та емоційно більш насиченим, ніж жінки, що не мають роботи (21,74).

Результативність життя, або задоволеність самореалізацією. Своїм життям більше задоволені жінки, які віддали себе роботі (28,87). Можна припустити, що головною метою професійно зайнятих жінок було зробити кар'єру, тому зараз вони повністю задоволені своїм життям та досягненнями. А безробітні жінки (20,83), можливо, ще не визначилися або віддали перевагу сім'ї.

Локус контролю-Я (Я - господар життя). Рівень локус контролю-Я у професійно зайнятих жінок (28,17) вищий за рівень у незайнятих жінок (16,17). Можемо говорити, що зайняті роботою жінки мають твердий ґрунт під ногами, вони фінансово незалежні, тому вважають себе сильними особистостями, які побудували своє життя за власним бажанням. Тоді як безробітні жінки не мають свого заробітку.

Локус контролю-життя, або керованість життя. У професійно зайнятих жінок рівень локус контролю-життя (28,52) вищий за рівень локус контролю-життя у незайнятих жінок (21,26). Згідно з висновками щодо рівню локус контролю-Я, так само можна говорити, що зайняті роботою жінки відчувають самостійний контроль над власним життям, коли безробітні жінки можуть відчувати вплив зі сторони.

Результати тестування підсумовані і відображені на гістограмі 1.1.



Для вивчення уявлень щодо ролі роботи в житті жінки в групах професійно зайнятих і безробітних жінок була розроблена спеціальна анкета, яка відображає ставлення жінки до сім'ї та кар'єри. Щоб порівняти результати, ми використали дві групи.

Лише 18 % професійно зайнятих жінок перебувають у шлюбі, натомість 76% безробітних жінок – у шлюбі. Саме з цього можна зробити припущення, що більшість жінок зайнятих кар'єрою віддаються повністю роботі, а професійно незайняті жінки більше схильні до формування сім'ї.

У групі професійно зайнятих жінок перевагу кар'єрі віддали 69 %, а у групі незайнятих лише 27%, відповідно родині віддали перевагу 31% і 73%. Можна говорити про те, як ми вже бачили, що зайняті професійно жінки вибрали роботу, як головну ціль у житті, і лише у малого відсотка жінок сім'я на першому місці. Скоріш за все жінки прагнуть самостійності і незалежності. У професійно не зайнятих жінок все навпаки. Більшість із них присвятили своє життя сім'ї. Та все ж певній відсоток хотів би займатися кар'єрою. На відсутність роботи у таких жінок могли посприяти обставини їхнього життя.

У професійно зайнятих жінок немає вільного часу. За це віддали свої голоси 78% жінок. Робота не залишає їм часу на себе, коли 93% безробітних жінок вільно користуються вільним часом на свій розсуд. На це впливає їх зайнятість.

57% жінок скаржаться на нестачу вільного часу. Коли лише 15% безробітним жінкам його бракує. У незайнятих жінок 34% частково не вистачає саме вільного часу, можливо це пов'язано з турботою про дітей. А от для зайнятих жінок часткова нестача часу є лише у 27%. Більшість з них повністю зайняті роботою.

49% професійно зайнятих жінок змогли б пожертвувати проведенням часу з родиною заради підвищення по кар'єрних сходах. 30% важко відповісти на це питання. 21% категорично віддав свій голос відповіді «Ні». Діаметрально протилежна ситуація у безробітних жінок. 51% не зміг би пожертвувати

проведенням часу з родиною заради підвищення по кар'єрних сходах. 28% не змогли відповісти на це питання. А 21% жінок зміг би пожертвувати таким часом. Можливо у наш час жінка хоче почуватися матеріально незалежною, тому і здатна віддати все заради високої посади. Хоча є й такі, що згодні сидіти вдома та виховувати дітей. Це вже залежить від цінностей тієї чи іншої людини.

Лише 17% професійно зайнятих жінок візьмуть відгул у разі хвороби когось у родині, але 52% відсотки з них зроблять це, якщо з хворим хтось залишиться. І 17% пойдуть на роботу, що каже про сильну зацікненість на роботі. 78% професійно незайнятих жінок спокійно залишилися б вдома, якщо мали б роботу, або мають якийсь заробіток. З них 4% тільки поїхали б на роботу. Любов до родини стримує їх. Хоча можна припустити, що дехто з них просто ще не працював, тому не знає усіх тонкощів та складнощів у роботі.

64% професійно зайнятих жінок вибрали кар'єру як ціль у житті, якщо б мали змогу. 36% - сім'ю. Можна говорити про те, що деяким жінкам хотілося б мати сім'ю, замість займатися кар'єрою. Можливо обставини їх життя посприяли їхньому сьогоdnішньому вибору. 70% безробітних жінок, як і передбачалося, вибрали сім'ю, та 30% - кар'єру. Так само можемо казати про те, що обставини могли посприяти їхньому безробіттю.

Розроблена спеціально анкета ще раз підтвердила, що професійно зайняті жінки повністю перейнялися проблемою заробітку, самоактуалізації, самоствердження у житті. Натомість безробітні – присвятили себе сім'ї.

Ми можемо зробити припущення, що сенс життя у професійно зайнятих жінок у наш час у більшості своїй скерований на заробляння грошей, хоча якість їх життя значно погіршилася. На це може впливати прагнення бути самостійною та самозабезпеченою. Все частіше саме жінкам віддають посади директора, керівника фірми та інше. Вони починають займати першість у світі бізнесу. Самопожертва, перевищує інстинкт самозбереження. Прагнення заробити впливає на формування родини. Хоча не всі професійно зайняті жінки залишаються незаміжніми. Ті, що мають сім'ї та дітей будь-що намагаються забезпечити своїм дітям гарне майбутнє. Саме тому професійно зайнята жінка у наш час весь вільний час присвячує повністю роботі, не дивлячись на своє здоров'я та психологічні навантаження. У жінок зайнятих у професійній діяльності більше ніж у непрацюючих жінок розвинені здатність жити справжнім, відчувати нерозривність минулого, сьогоdnення й майбутнього, тобто бачити своє життя цілісно. Працюючі жінки більш повно сприймають навколишній їхній світ, для них більшою мірою характерна схильність до «буттєвого пізнання», тобто пізнання не пов'язаного прямо з задоволенням будь-яких потреб. Поведінку працюючих жінок відрізняється більшою впевненістю, природністю, незалежністю, ніж у непрацюючих жінок. Їм більшою мірою властиві свобода від навколишнього думки, соціальних стереотипів і культурних норм.

Сам факт зайнятості у професійній діяльності сприяє розвитку. Для працюючих жінок більшою мірою актуальними є "потреби росту" - тобто в самоактуалізації та визнання, ніж для жінок, не зайнятих у професійній діяльності.

**Список літератури:** 1. Леонтьев Д.О. Тест сенсожиттєвих орієнтацій (СЖО). 2-е вид. - М.: Сєнс, 2000. - 18 с. 2. Інтернет сайт <http://www.therapy.irkutsk.ru/doc/sf36.pdf> // методика «SF-36».

**Bibliography (transliterated):** 1. Leont'ev D.O. Test sensozhittevih orientacij (SZhO). 2-e vid. - M.: Sens, 2000. - 18 s. 2. Internet sajт <http://www.therapy.irkutsk.ru/doc/sf36.pdf> // metodika «SF-36».

Степанова И.В.

### **КАЧЕСТВО И СМЫСЛ ЖИЗНИ У ПРОФЕССИОНАЛЬНО ЗАНЯТЫХ ЖЕНЩИН**

В данной статье речь идет об эмперическом исследовании, направленном на изучение качества и смысла жизни у современных женщин, занятых карьерой. Предоставлен сравнительный анализ результатов полученных данных. Сделаны практические выводы о жизненных целях, взаимосвязи смысло-жизненных ориентаций и восприятия качества жизни занятых женьщин.

Степанова І.В.

### **ЯКІСТЬ І СЕНС ЖИТТЯ У ПРОФЕСІЙНО ЗАЙНЯТИХ ЖІНОК**

У даній статті мова йде про емпіричне дослідження, спрямоване на вивчення якості і сенсу життя у сучасних жінок, зайнятих кар'єрою. Наданий порівняльний аналіз результатів отриманих даних. Зроблені практичні висновки про життєві цілі, взаємозв'язок сенсожиттєвих орієнтацій і сприйняття якості життя зайнятих жінок.

Stepanova I.

### **QUALITY AND THE MEANING OF LIFE OF WOMEN- PROFESSIONALS**

This article describes the results of the empirical study, aimed to investigate the quality and meaning of life of modern women making a career. The results of data comperative are provided. There are practical conclusions about life targets, relationships between life meaning orientations and perception of life quality for businesswomen.

*Стаття надійшла до редакції 21.02.2012*

**УДК 159**

*Харченко А.  
Харків, Україна*