

Институт психологии творчества Павла  
Пискарева

Дипломная работа

Тема:

Формирование образа успешной  
женщины интегративными методами  
Института психологии творчества  
Павла Пискарева

**Специализация: Инструктор НейроГрафики**

Руководитель Пискарев П.М.

Супервизор Перлотто Н.

19 ноября 2024г.

Выполнил Путро О.В.

19 ноября 2024г.

2024 г.

# **ФОРМИРОВАНИЕ ОБРАЗА УСПЕШНОЙ ЖЕНЩИНЫ ИНТЕГРАТИВНЫМИ МЕТОДАМИ ИНСТИТУТА ПСИХОЛОГИИ ТВОРЧЕСТВА ПАВЛА ПИСКАРЕВА**

**Аннотация.** В статье рассматриваются основные теоретические концепции, которые направлены на изучение образа успешной женщины, а также факторы, способствующие ее формированию. Особое внимание уделяется методам работы, разработанным Институтом психологии творчества Павла Пискарева, которые включают в себя метод НейроГрафика, элементы парадигмальных расстановок, коучинга и групповой динамики. В результате проведенного исследования формируется комплексное представление о том, как интегративные методы могут способствовать развитию уверенности, креативности и лидерских качеств, необходимых для достижения успеха женщины в современном обществе. Исследование направлено на создание практических рекомендаций для женщин, которые стремятся к самореализации, достижению высоких результатов как в карьерном плане, так и в личностном.

**Ключевые слова:** механизмы успешной самореализации женщины; интегративные методы; концепции формирование образа успешной женщины.

**Введение.** Актуальность темы исследования обусловлена причинами как теоретического, так и прикладного характера. Прогрессивное общество должно стремиться к разрушению гендерных стереотипов, «уйти» от типичных и предписываемых поведенческих установок. Однако с этими непростыми задачами довольно трудно справиться в одиночку. Поэтому необходимы дополнительные меры поддержки, которые будут способствовать формированию положительного образа и моделей поведения. Следовательно, необходимо выявить и адаптировать психогенетические и креативные механизмы, способствующие самореализации и успеху современной женщины.

Для того чтобы избежать неточностей в понимании феномена образа успешной женщины, необходимо определиться с трактовкой основных понятий, в которых заключена суть данной темы.

Понятие «образ» имеет множество концепций и трактовок, в зависимости от области применения науки и практики. В период античности синонимом термина образ было понятие эйдос. Эйдос занимает центральное место в учении Платона о душе. В рамках досократической философии под эйдосом понимался лишь облик объекта, то Платон под образом понимает не только внешнюю, но и внутреннюю форму, т. е. внутренний способ бытия объекта [1].

Карл Густав Юнг в своих научных трудах центральное место отдал исследованию феномена образа.

Созданием своей теории Юнг совершил в некотором роде революцию в психологической науке того времени. Согласно юнгианианскому подходу, впервые категория образа приобрела статус активного начала, организующего сознательную жизнь индивида.

Феномен образа активно исследовался представителями когнитивно-поведенческого подхода. Образ понимается как «репрезентация в уме не присутствующего объекта или события» [6]. Основная задача образа - сохранение в памяти событий и явлений реальности в виде некоторой «картинки в голове», «проекции сцен из реального мира».

В связи с активной деятельностью средств массовой информации и популяризации образа успешной женщины в широкие массы, ежедневно на телеэкранах транслируют значительное число образов, но идеалом, который хочется повторить становятся только определённые. Не напрасно появилось выражение «икона стиля», обозначающее стандарт облика, внешнего вида [3].

Кроме телевизионных образов публичных личностей, телевидение транслирует медийные типы социальных явлений, собирательные образы различных социальных групп. Например, образ фэшн женщины, делового или успешного человека.

Эти представления воплощаются в рекламе, социальных роликах, кинофильмах или сериалах и косвенно задают стандарты того, как должен выглядеть и вести себя успешный человек или современная, привлекательная женщина. Через экран эти образы достигают зрителей, которые затем могут адаптировать свою внешность и поведение, принимая на себя определенные маски, которые они в дальнейшем передают в общественные взаимодействия.

Таким образом, телевизионные образы, согласно Кастельсу М., становятся частью «культуры реальной виртуальности» [4], когда человек начинает придавать значимость одним значениям, образам и событиям и не замечать другие.

Для понимания термина «успех» необходимо обратить внимание на аспект «гендера». Традиционно пол определялся на основе морфологических и физиологических характеристик, благодаря которым люди классифицировались как мужчины или женщины. Однако биологические отличия не являются единственными факторами, влияющими на это различие. В современных обществах существуют социальные роли, виды деятельности, а также отличия в поведении и психологии, которые отделяют мужчин от женщин.

Важно отметить, что то, что в одной культуре может рассматриваться как фемининное, в другой может восприниматься как маскулинное. Эту идею представила американский антрополог Маргарет Мид, проанализировав, как в разных обществах различаются роли матерей и отцов, а также позиции мужчин и женщин в социальной иерархии [5]. Исследования, проведенные в 1970-1980-е годы, подтвердили, что представления о «мужском» и «женском» не являются статичными и меняются даже в рамках одного и того же общества.

Формирование гендерных различий осуществляется через специфические системы социализации, которые развивают различные навыки и психологические качества у мальчиков и девочек. Это также включает в себя разделение труда и социальные нормы, роли и стереотипы, которые

варьируются в зависимости от культуры. Таким образом, гендерные роли и нормы существенно отличаются в разных обществах, что позволяет утверждать, что они не являются универсальными и не имеют четких границ. Быть женщиной или мужчиной означает следовать установленным гендерным ролям и соответствовать принятым стандартам.

Термин «успех» имеет нечеткие границы и зависит от субъективных факторов. Исследователи используют различные аспекты как основу для понимания успеха: виды деятельности, динамику её изменений, финансовые показатели, методы достижения целей и другие элементы.

В концепции успеха, предложенной Д. Фридманом и М. Хетчером, ключевая идея заключается в том, что личные потребности играют важную роль в формировании целей на пути к успеху.

Следовательно, понятие «успешная женщина» охватывает множество критериев, касающихся различных аспектов жизни. Оно можно представить в виде многогранного колеса жизненного баланса, состоящего из таких элементов, как семья, дети, карьера, здоровье и самореализация, что отражает гармонию феминных и маскулинных качеств.

И.Н.Тартаковская выделяет «деловой женщины» или «бизнес-леди» [7] как доминирующий и наиболее соответствующий современному образу успешной женщины. Этот тип личности наделён множеством маскулинных черт, таких как сила, энергичность, масштабность, независимость и активная жизненная позиция, что подразумевает наличие определенного социального статуса. Также можно отметить их хорошую физическую форму и привлекательность, которые являются приятным дополнением к основным личностным качествам — интеллекту, таланту и профессиональным навыкам.

В современном обществе образ «успешной женщины» пользуется большой популярностью. В то же время, по мнению И.В. Грошева, одним из ключевых атрибутов данного образа становится проявление неприязни к мужчине как к недостижимому идеалу. На основе этих характеристик формируется жизненный путь женщины, которая достигает значительных

успехов в карьере, но при этом оказывается глубоко несчастной в личной жизни [2].

**Объектом исследования** выступает процесс формирования образа успешной женщины с использованием интегративных методов Института психологии творчества Павла Пискарева, а также влияние этих методов на развитие ключевых качеств и навыков, необходимых для достижения успеха.

**Предметом исследования** являются женщины, стремящиеся к успеху в различных сферах жизни, включая карьеру, личные отношения и самореализацию.

**Цель исследования** заключается в разработке и обосновании интегративных методов формирования образа успешной женщины, способствующих её личностному развитию и самореализации в современном обществе.

Экспериментальную выборку составили 15 женщин в возрасте от 32 до 46 лет, с различным уровнем образования и семейного положения (график 1). Такая выборка обеспечила более исчерпывающую информацию о рассматриваемых параметрах и устранило влияние социально-психологических особенностей участников на итоговые показатели.

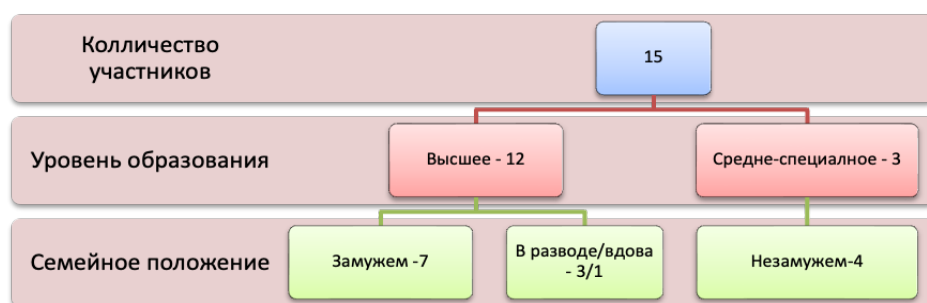


график 1

**Теоретические основания исследования.** Проблемами сущности и содержательных характеристик успешности субъекта труда, в том числе

женщин: Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Д.А. Леонтьев, А.В.Серый и др. Особенности развития личности женщины и её успешности представлены в трудах А.Н. Леонтьева, Д.А. Леонтьева, Б.Ф. Ломова, А.А. Реана и др.

Институт психологии творчества Павла Пискарева предлагает различные интегративные методы, которые направлены на изучение и формирование образа успешной женщины. При проведении данного исследования были использованы методы психологического исследования, такие как опрос, тестирование, консультационная беседа, рамки парадигмального анализа, НейроГрафика.

Кроме того, можно предложить следующие методы формирования образа успешной женщины.

В рамках когнитивно-поведенческой терапии можно осуществить пересмотр установок и убеждений о том, что значит быть «успешной». Это может включать в себя работу с негативными убеждениями, формирование нового представления о себе и своих возможностях.

Использование НейроГрафики, НейроСказки, БоГобан визуализации и других творческих методов помогает женщинам выразить свои желания, мечты и амбиции. Эти методы способствуют развитию личной креативности и самовыражению.

Проведение групповых встреч с успешными женщинами, обмен опытом и проведение мастер-классов по развитию лидерских качеств и управлению временем.

Индивидуальные и групповые сессии с коучами помогают проработать внутренние барьеры и добиться уверенности в себе.

Исследование историй успешных женщин и изучение их подходов к жизни, что может вдохновить и дать полезные инструменты для формирования собственного образа успеха.

На начальном этапе, используя авторский алгоритм исследования, основанный на рамках парадигмального анализа мы выявили, что значит успех в понимании испытуемых, то, как они представляют себе образы

успешной женщины и неуспешной женщины и к какому из двух этих образов приближают себя. Это позволило конкретизировать предмет исследования и объединить его с представлениями женщин, участвовавших в нем.

Полученные результаты показывают, что успешная женщина, согласно мнению респондентов, обладает такими личными качествами, как мудрость, решительность, ум, целеустремленность, организованность, уверенность в себе, привлекательность, обаяние, коммуникабельность и вера в будущее.

В противоположность ей, неуспешная женщина оказывается разочарованной в жизни: она зачастую проявляет конфликтность, раздражительность, недовольство, отсутствует деловой настрой, испытывает болезни, обладает ограниченными возможностями и живет исключительно настоящим моментом.

Можно предположить, что участники опроса считают, что у них недостаточно жизненной энергии по сравнению с успешной женщиной, которая представляется им как положительный образ, вызывающий исключительно позитивные эмоции благодаря своей неисчерпаемой внутренней энергии. Это восприятие мешает им оценивать себя оптимистично и, следовательно, препятствует достижению их собственных успехов.

Дальше мы можем обсудить, что именно участники вкладывают в концепцию «успех». В нашем исследовании приняло участие пятнадцать человек, поэтому мы можем говорить о аспектах успеха, опираясь исключительно на их взгляды, рассматривая это как тенденцию.

Согласно респондентам, успех включает в себя четыре ключевых компонента: стиль жизни, карьерные достижения, счастье в семейной или личной жизни и моральное удовлетворение.

Участникам было предложено не только описать образ успешной и неуспешной женщины, но и провести аналогию с собой — выделить те личные качества, которые способствуют или, наоборот, мешают им в достижении успеха. В ответах были выявлены характеристики, схожие с

описаниями образов успешной и неуспешной женщин, однако следует отметить, что респонденты более скромно охарактеризовали себя, предоставив меньшее количество качеств (график 2)

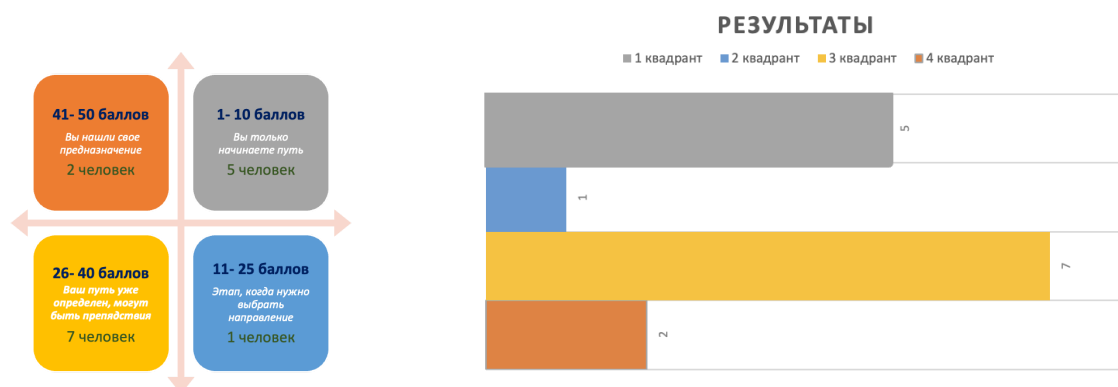


график 2

На завершающем этапе исследования, в рамках авторского алгоритма, совмещающего методы НейроГрафики и БоГобан, участницам было предложено исследовать личные источники энергии. Эта интегративная методика позволила глубже понять, какие действия и состояния способствуют наполнению и раскрытию внутреннего ресурса. Результаты показали, что 40% участниц осознали наличие действий, которые способствуют их эмоциональному и энергетическому наполнению. Эти данные подтверждают эффективность интегративных подходов, объединяющих творческие и психологические техники для формирования целостности образа успешной женщины, осознающей и использующей свои внутренние ресурсы.

### **Заключение и выводы.**

Таким образом, мы получили эмпирические данные, свидетельствующие о том, что успех ассоциируется с наличием у женщины определенных личностных качеств, позволяющих ей считать себя успешной. Однако участницы исследования не идентифицируют себя как успешные, так как, по их мнению, им не хватает необходимых качеств для достижения успеха. Многие придерживаются мнения, что успех — это лишь случайное

стечение обстоятельств и внешней удачи. Большинство участниц не прикладывают активных усилий для его достижения, считая это бесполезной тратой времени и ресурсов, что отражает экстернальную установку, где успех воспринимается как результат внешних факторов, а не собственных действий.

При этом стоит отметить, что у 40% участниц произошла переоценка взглядов: они осознали наличие действий, которые их могут энергетически наполнять и содействовать достижению целей. Эти участницы начали прикладывать усилия для поиска и развития внутреннего ресурса, что говорит о частичном сдвиге в сторону внутренней ориентации на успех и личную активность. Тем не менее у большинства сохраняется установка на ожидание внешних обстоятельств, что ограничивает их потенциал и уверенность в собственных силах.

### **Литература:**

1. Гончарова Наталья Юрьевна *Общетеоретические Основы изучения понятия «Образ»* // Вестник ВятГУ. 2012. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/obscheteoreticheskie-osnovy-izucheniya-ponyatiya-obraz> (дата обращения: 28.10.2024).
2. Грошев И.В. *Гендерные образы рекламы* / И.В. Грошев. - М. 2000. 38 с.
3. Зорина, И. И. *Образ успешной женщины на современном телевидении* / И. И. Зорина // Медиатолерантность - 2020: Материалы II Региональной (Поволжской) научно-практической конференции, Казань, 24 октября 2020 года / Науч.ред. А.Н. Гильманова, отв. ред. Р.Л. Зайни. – Казань: Частное учреждение высшего образования "Российский исламский институт", 2020. – С. 190-195. – EDN FDFZKP.
4. Кастельс М. *Информационная эпоха: экономика, общество и культура*: Пер. с англ. Под научн. ред. О.И. Шкаратана. М.: ГУ-ВШЭ, 2000.

5. Мид М. Мужское и женское. Исследование полового вопроса в изменяющемся мире / М. Мид. – М. 2004. – 45 с.
6. Солсо Р. Когнитивная психология. СПб., 2006. С. 252.
7. Тартаковская И.Н. Сильная женщина плачет у окна: Гендерные репрезентации в советской и постсоветской массовой культуре / И.Н. Тартаковская. – М. 2000. – 155 с.