

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ КОМПЕНДИУМ ВРАЧА

---

**М.Е. Остренкова**

# **Психология**

## **Руководство к практическим занятиям**

Министерство образования и науки РФ

Рекомендовано ГБОУ ДПО «Российская медицинская академия  
последипломного образования» в качестве учебного пособия  
к использованию в образовательных учреждениях, реализующих  
образовательные программы послевузовского профессионального  
образования по специальностям «Лечебное дело», «Стоматология»

Регистрационный номер рецензии 006 от 22 января 2015 года  
ФГАУ «Федеральный институт развития образования»



**Москва**  
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА  
**«ГЭОТАР-Медиа»**  
**2015**

# Раздел I

## ТЕКСТЫ С ВОПРОСАМИ И ЗАДАНИЯМИ

В данном разделе учебного пособия представлены короткие психологические эссе, каждое из которых написано с опорой на ту или иную психологическую теорию или закономерность. В конце каждого текста располагаются вопросы, связывающие его с одной из глав базового для студентов медицинских вузов учебника «Психология» М.А. Лукацкого и М.Е. Остренковой. Чтение данных эссе и ответы на вопросы к ним позволят вам лучше разобраться в материалах базового учебника.

### § 1. СИЛЬНАЯ ЖЕНЩИНА

2137 год. Земля. Люди практически утратили внешние половые различия. Их социальные роли не делятся на мужские и женские. Слова «он» и «она» вообще вышли из употребления. Женщины и мужчины воспитывают детей на равных, независимо от биологического пола, их всех называют матерями, половая принадлежность не влияет на выбор профессии, на рисунок поведения, на выбор одежды. Ценности: любовь, нежность, независимость, сила, общность, равномерно ассимилированные всеми индивидами, царят в мире. Такими красками в книге «Женщина в конце времен» рисует Мардж Пирси общество, лишенное гендерных различий.

Сильная женщина сегодняшнего дня — волевое лицо, прямой взгляд, твердая поступь, авторитарный, часто безапелляционный тон, решительность, аккуратность, уверенность; безупречный костюм: жесткие плечи, углы, прямые линии...

Справедливый, равноправный мир будущего и сильная, успешная женщина настоящего. Что между ними общего? А то, что именно эта женщина уже вступила одной ногой в 2137 год.

Сильная женщина: целеустремленная интеллектуалка с лидерскими качествами и отличным образованием, умеющая решать сложные жизненные и производственные задачи, — зачем она раскрашивает себя в «цвета мужчины», добавляя к рисунку своего поведения излиш-

ную резкость, агрессивность, властность, проступающие в чертах лица, в покрое одежды, в движениях и в речи? Зачем невротизирует себя, ломая свою природную женскую, читай — мягкую, дипломатичную, доброжелательную, «обтекающую» — природу?

Попробуем разобраться. Многочисленные сравнительные исследования показали незначительность различий между мужчинами и женщинами в интеллектуальной, волевой, мотивационной и других сферах. Несмотря на это, современная, образованная, работающая женщина прекрасно знает, что она обязательно, и не раз, столкнется с тем, что в психологии принято называть «стеклянным потолком» (Glass ceiling). Пресловутый «стеклянный» (то есть невидимый, но реально ощущаемый) потолок — это барьеры, которые стоят перед любой, даже способной, достойной женщиной на пути достижения ею профессиональных успехов и осуществления соответствующего способностям карьерного роста. Эти невидимые, но прочные барьеры произрастают из стереотипов социального восприятия женщины. Общество привычно стремится заплатить женщине меньшую зарплату, предложить ей менее статусную работу, ограничить ее участие в социальной жизни, свысока смотрит на нее как на потенциального лидера, руководителя. Стереотипы, изображающие женщин как менее пригодных для лидерства, чем мужчины, настолько сильны, что перекрывают все многочисленные свидетельства обратного. Общественное мнение, вопреки результатам научных исследований, приписывает эффективному лидеру лишь традиционные «мужские черты»: жесткость, соревновательность, рациональность, настойчивость; а женщину наделяет только эмоциональностью, нерешительностью — качествами, якобы противопоставленными лидеру, а также мягкостью, вниманием к людям, личностной зависимостью.

Если добавить к этому извечное нежелание мужчин испытывать неловкость, получая распоряжения от женщин; опасения, что домашние заботы и обязанности будут мешать женщине исполнять ответственную работу, само наличие у женщины семьи, выступающее в глазах работодателя минусом для женщины, но плюсом для мужчины — то станет совершенно ясным, что для того, чтобы «пробить» виртуальный «стеклянный потолок», женщине необходимо прибегнуть к каким-то нестандартным действиям. При этом женщина, безусловно, знает, что если попросить кого-то (а возможно, и ее саму) мысленно нарисовать портрет успешного лидера, то первое, что придет в голову — «... это мужчина». Итак, выхода нет — надо «стать» мужчиной! И не просто перенять его черты, поведение, речь, но по возможности и превзойти

его. И вот женщина, под влиянием социума, в большинстве случаев — бессознательно, делает этот шаг. Делает, несмотря на то, что изучение предпочитаемых лидерских качеств показывает большую востребованность качеств, традиционно приписываемых, да и присущих женщине: склонность к демократическому стилю управления, личностную включенность в проблемы окружающих, предпочтение коллективного принятия решений, заботливость, мягкость.

Так женщина, вынужденно перенимая мужские черты, и обретает традиционный образ Сильной женщины с «ударением» на мускулинном слове — «сильная». Так она, нивелируя свой пол, приближает «счастливый» своей спокойной бесполостью 2137 год Мардж Пирси. И если мы действительно хотим выстроить такое бесполое, лишненное любви между мужчиной и женщиной будущее, будущее без любви вдохновляющей, окрыляющей, придающей жизни истинный смысл, то — мы на правильном пути.

Но как же туда не хочется! Представляется, что есть только один путь, один способ избежать этого — переставить акценты в словосочетании Сильная женщина на второе, не менее важное слово. В этом случае, истинно Сильная женщина — это цельный, спокойный, понимающий и принимающий себя человек, которому для обретения уверенности в себе не надо надевать чужие (в частности, мужские) маски, ее женская природа сослужит ей гораздо более верную службу. Отличительными признаками такой женщины становятся: принятие себя и других, комфортные взаимоотношения с окружающим миром, простота, естественность, центрированность на избранной ею самой задаче, автономия и чувство единения с другими, свежесть оценки, глубокие межличностные отношения, демократический склад характера, невраждебное чувство юмора, хорошее различение средств и целей, добра и зла. Ей не нужна демонстрация силы через твердость и авторитарность, ее сила в самоактуализированности, доброте и пластичности. Такая Сильная женщина подобна траве, которая, как известно, благодаря своей гибкости, оказывается сильнее дуба: «мощный дуб ломается ветром, но травинка только гнется». Такая женщина красива независимо от того, в какой рисунок сложились ее черты. Она притягивает к себе людей. Она благополучно реализует себя в этом мире. Ее одежда органично соответствует внутреннему мироощущению себя как женщины — энергичной, доброй, красивой, умной, сильной женщины.

И тогда: 2137, 2138, ..., 3139... сильные женщины и сильные мужчины встречаются, любят, созидают, развиваются, воспитывают сильных детей.

**Вопросы и задания к тексту**

1. Взглядам какой современной психологической школы в большей мере соответствует приведенное в статье описание личности сильной женщины?
2. Какие из описанных качеств и характеристик привели вас к такому мнению?
3. Как вы понимаете фразу: «Точно так же, как гибкая трава сильнее крепкого дуба в бурю, ломающую его напором ветра, а траву лишь пригибающую к земле; точно так же, как струящаяся, мягкая вода сильнее неподвижного, твердого камня, потому что способна обточить его, так и гибкая, мягкая женская природа на самом деле несравненно сильнее, чем мужская — твердая, неуступчивая, жесткая»? Приведите литературные или жизненные примеры проявления человеческой силы через такие личностные качества, как гибкость и мягкость.

**§ 2. ВВЕРХ, НАВСТРЕЧУ СЕБЕ**

Всякое живое: травинка, бабочка, зверь или человек — рождается для того, чтобы взобраться на вершину своей собственной пирамиды. К сияющей, манящей, дарящей счастье вершине этой пирамиды ведут всего пять ступенек, но ни через одну из них нельзя перескочить. Стремление взобраться на пирамиду — мощное врожденное стремление любого живого существа как можно более полно реализовать то, что заложено в нем природой. В момент рождения, а может быть и ранее, зарождается и это всемерно овладевающее живыми существами стремление тянуться, карабкаться, идти, бежать к вершине своих возможностей. Так, маленькое зернышко уже содержит в себе желание расширяться, распространиться и, реализовав все внутренние и доступные внешние резервы, стать деревом; так, невзрачная гусеница содержит в себе потенциал и желание превратиться в бабочку. Зерно, попав в землю, впитает в себя все доступные соки, разбудит все внутренние питательные вещества, выстрелит побегом и пробьет землю, чтобы раскинуть ветви заложенного в него дерева; гусеница будет без устали питаться, избегать опасности, а когда придет время, закутается в уютный кокон — и все это для того, чтобы позднее, взмахнув крыльями, яркой бабочкой парить в потоках теплого воздуха.

Человек — тоже живое земное существо, и он также уже от рождения обладает свернутым в пружину внутренним потенциалом, и сила упру-