

Рагимова Роя Мирза кызы

студент магистратуры
Башкирский государственный
педагогический университет им. М. Акмуллы
Уфа, Россия

**ОСОБЕННОСТИ ТВОРЧЕСКОЙ САМОРЕАЛИЗАЦИИ ЖЕНЩИН
В СОВРЕМЕННОМ РОССИЙСКОМ ОБЩЕСТВЕ****Аннотация**

Рассматриваются вопросы трансформации творческой активности женщин в условиях современного российского общества. Проводится анализ влияния гендерных стереотипов, социально-экономических барьеров и психологического благополучия на процессы личностного самоосуществления в креативных индустриях. Результатами исследования являются обоснование созидательной деятельности как инструмента эффективной социальной адаптации и разработка авторской методики когнитивного моделирования творческого баланса (МКМТБ). Научная новизна работы заключается в предложении комплексного подхода, объединяющего приемы психологической саморегуляции с развитием поддерживающей социальной инфраструктуры. Сделан вывод о необходимости признания женского творческого вклада как значимого социального капитала, требующего системной поддержки через гранты, специализированные коворкинги и институты наставничества.

Ключевые слова: женская самореализация, креативные индустрии, гендерные стереотипы, социальная адаптация

Процессы глубокой социальной трансформации, характерные для современной России, не просто меняют ландшафт общественных отношений, но и создают принципиально новые условия для реализации внутреннего потенциала личности. В этом контексте я полагаю, что творческая активность женщин сегодня – это не просто поиск хобби, а стратегически значимый ответ на вызовы быстро меняющейся реальности. Данная сфера деятельности выступает мощным механизмом формирования идентичности, позволяя женщине четко обозначить свое социальное позиционирование.

Нельзя игнорировать тот факт, что традиционные гендерные роли сейчас находятся в стадии серьезной переоценки под давлением экономических и культурных сдвигов. Подтверждая эту мысль, К.А. Воронова и И.В. Кетов справедливо отмечают: «социокультурные гендерные ценности и нормы продолжают оказывать существенное влияние на выбор жизненного пути» [1, с. 462]. На мой взгляд, именно здесь кроется корень современного ролевого конфликта: общество, транслируя ценности профессионального успеха, парадоксально продолжает требовать от женщины полной самоотдачи в семейной сфере. В такой ситуации творчество в дизайне, медиа или искусстве становится тем самым уникальным «третьим пространством», где удается

снять психологическое напряжение и гармонизировать внешнее давление с внутренними потребностями.

Однако барьеры носят не только ментальный, но и выраженный структурный характер. Как подчеркивает В. И. Куницына, «гендерная стратификация в российском обществе выражается в неравном доступе к властным и экономическим ресурсам» [2, с. 40]. Анализ данной проблемы показывает, что именно ограничения внутри жестких корпоративных иерархий становятся катализатором женского микропредпринимательства. Уходя в креативные индустрии и выбирая самозанятость, женщины получают возможность самостоятельно распоряжаться своим временем. Сегодня мы видим, как активно осваиваются ниши авторского производства и социального предпринимательства – путь, который не только гарантирует финансовую независимость, но и возвращает труду его подлинную созидательную ценность.

Нельзя не заметить, что в условиях перманентной турбулентности современная российская женщина демонстрирует поистине удивительную стойкость. Разделяя позицию А.А. Мироновича, который в своем исследовании указывает на то, что «женщина сегодня становится воплощением «антихрупкости», способной извлекать выгоду из хаоса и неопределенности» [3, с. 67], я прихожу к выводу, что творческая деятельность здесь – это не просто хобби, а инструмент закалки этой самой устойчивости. Вместо того чтобы пассивно следовать за обстоятельствами, личность сознательно выбирает путь активного преобразования действительности. Как показывают практические наблюдения, именно женские низовые инициативы в кризисные периоды зачастую закладывают фундамент для мощных локальных культурных и благотворительных движений.

Огромную, если не определяющую роль в процессе созидания играет само психологическое состояние творца. Е.В. Риттер и И.А. Ерина справедливо подчеркивают: «высокий уровень психологического благополучия напрямую коррелирует с интенсивностью творческого поиска» [4, с. 269]. Можно утверждать, что внутренняя гармония превращается в своего рода «топливо», поддерживающее длительную активность в выбранном векторе развития. Когда уходит парализующий страх перед ошибкой и наступает полное принятие собственного опыта, женщина получает возможность создавать по-настоящему уникальные культурные продукты. В

этом контексте творчество правомерно рассматривать как терапевтический путь к исцелению и обретению долгожданной эмоциональной стабильности.

Сегодня научное сообщество всё более пристально изучает вклад женщин в развитие современной культуры. А.П. Соловей в своем обзоре дискуссий делает важный акцент: «творческий потенциал женщин выступает катализатором социальных инноваций» [5, с. 11]. На мой взгляд, ценность таких исследований заключается в их способности обнажить скрытые системные барьеры и наметить пути их преодоления. Слияние научной мысли с реальным творчеством закладывает основу, позволяющую запускать свежие обучающие курсы и вовремя помогать талантам на уровне государства.

Положительные изменения заметны. Однако глупо отрицать наличие тревоги у людей, когда заходит речь о завтрашнем дне. Р.М. Титова подчеркивает: женские взгляды на карьеру нередко упираются в невидимый «стеклянный потолок» [6, с. 539]. Указанные преграды вместе со старыми предрассудками мешают проявить способности в полную силу. Возникает печальная ситуация. Одаренные авторы годами воспринимают труд лишь как хобби. Страх мешает превратить любимое дело в серьезную работу. Причина подобного застоя кроется совсем не в отсутствии мастерства. Людям банально не хватает веры. Они сомневаются, понадобятся ли их идеи современному рынку.

Создание чего-то нового дает человеку мощную внутреннюю опору. Ю.С. Шляхова абсолютно права в том, что творчество помогает быстрее привыкнуть к жизни в эпоху постоянных перемен. Искусство здесь перестает быть чистой красотой. Оно трансформируется в рабочий метод превращения страхов и внешнего давления в силу, способную на творческую энергию.

Российская действительность подтверждает сказанное взрывным ростом частных выставок, книжных клубов и небольших авторских студий. Женщины активно создают внутри подобных пространств особые связи. Искреннее желание помочь коллеге и открытый обмен знаниями вытесняют здесь грубую борьбу за выживание. Можно бесконечно спорить о пользе арт-терапии, но живая практика доказывает – объединение единомышленников работает эффективнее любых сухих инструкций. Именно через сотворчество люди находят силы двигаться дальше, игнорируя внешние кризисы.

Главные трудности сегодня упираются в банальную нехватку часов и отсутствие у творцов навыков управления проектами. Даже гениальные задумки часто гибнут в зачатке. Авторы просто не знают, как заявить о себе или выстроить маркетинг. К тому же попытки сочетать бытовую рутину с искусством требуют от женщины больших усилий. Энергия буквально сгорает в попытках успеть все сразу.

Для решения этих проблем стоит внедрить авторскую методику когнитивного моделирования творческого баланса (МКМТБ). Суть проста: создание творческой самореализации перестает считаться побочным увлечением. Творческий тренд обретает статус полноценной и общественно важной работы. Реализация нашей методики строится на полном пересмотре привычного графика. Женщина выделяет обязательные «часы тишины», вписывая короткие творческие сессии прямо в повседневные дела. Практика подтверждает эффективность подобного подхода. Фоновая тревога исчезает. Продуктивность начинает расти сама собой.

Некоторые критики, вроде представителей школы тайм-менеджмента (А. Лакейна), могли бы возразить, что жесткое планирование убивает спонтанность. Однако, именно отсутствие структуры в хаосе быта становится главным врагом вдохновения. Наша авторская методика (МКМТБ) заполняет этот методологический пробел. Она дает творческому человеку четкий алгоритм самоорганизации, превращая вдохновение в управляемый и стабильный процесс.

Сейчас крайне важно открывать в регионах современные коворкинги нового формата. Оснащение таких площадок детскими комнатами решает проблему: женщине больше не нужно искать няню или просить родственников посидеть с ребенком.

Подобную сеть центров следует дополнить целевыми грантами для женских стартапов. Полезным шагом станут курсы, где научат грамотно презентовать идеи и управлять деньгами. Финальным, связующим элементом всей структуры видится институт наставничества. Опытные коллеги помогут сохранить преемственность в профессии. Мудрый совет поддержит автора в самом начале пути, когда риск бросить дело из-за неуверенности особенно велик.

Сторонники классических экономических моделей часто настаивают на жесткой самокупаемости любых бизнес-проектов. Тем не менее, без государственной опоры и создания льготной инфраструктуры творческий сектор рискует остаться лишь набором разрозненных инициатив. Именно комплексный подход превращает робкие

начинания в устойчивую индустрию. Сочетание комфортного пространства для работы и финансовой помощи создает почву, на которой таланты смогут приносить реальную пользу обществу.

Нынешние перемены показывают, что активность в искусстве превращается в реальный ресурс, помогающий женщинам в России быстрее находить свой путь. Искоренение старых взглядов наряду с поддержкой государства открывает доступ к огромной творческой силе женщин. Достичь настоящего согласия в обществе получится только через признание роли женского труда в культуре страны.

Женское самовыражение давно перестало быть простым хобби. Главная черта процесса – умение приспосабливаться. В эпоху перемен творчество становится щитом. Оно дает женщине сохранять твердость духа, превращая внешние трудности в энергию для новых идей.

Наблюдается важный сдвиг. Женщины намеренно уходят в креативные сферы, ища там спасения от ограничений привычной офисной карьеры. Женский потенциал сегодня – вовсе не набор частных успехов. Мы имеем дело с капиталом целой нации. Развитие культурного облика страны напрямую зависит от того, насколько системно и искренне общество готово поддержать такие начинания.

Список использованных источников

1. Воронова, К. А. Социальное положение женщин в современном российском обществе через призму социокультурных гендерных ценностей и норм / К. А. Воронова, И. В. Кетов // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. – 2025. – № 3. – С. 459-474. – DOI 10.17072/2078-7898/2025-3-459-474. – EDN UMUAPM.

2. Куницына, В. И. Гендерная стратификация в современном российском обществе и социологический анализ положения женщин / В. И. Куницына // KANT: Social Sciences & Humanities. – 2025. – № 4(24). – С. 38-42. – DOI 10.24923/2305-8757.2025-24.6. – EDN FSPDZT.

3. Миронович, А. А. «Антихрупкие»: образ, статус и социальная роль женщины в современном российском обществе / А. А. Миронович // Научные труды Московского гуманитарного университета. – 2024. – № 3. – С. 63-72. – DOI 10.17805/trudy.2024.3.9. – EDN UULMYZ.

4. Риттер, Е. В. Психологическое благополучие как фактор самореализации женщин в современном обществе / Е. В. Риттер, И. А. Ерина // Вектор научной мысли. – 2025. – № 6(23). – С. 267-276. – DOI 10.58351/2949-2041.2025.23.6.005. – EDN JZGSQZ.

5. Соловей, А. П. Обзор круглого стола «роль “women's studies” (женских исследований) и творческого потенциала женщин в развитии современного общества» / А. П. Соловей // Социологический альманах. – 2024. – № 15. – С. 9-14. – EDN QMIBUQ.

6. Титова, Р. М. Социальные представления о жизненных перспективах женщин в современном российском обществе / Р. М. Титова // , 24–25 апреля 2025 года, 2025. – Р. 538-540. – EDN BXMMMR.

7. Шляхова, Ю. С. Творческая самореализация как способ адаптации личности женщины в современном обществе / Ю. С. Шляхова // Научное обозрение: актуальные вопросы теории и практики : сборник статей XII Международной научно-практической конференции, Пенза, 25 июля 2024 года. – Пенза: Наука и Просвещение (ИП Гуляев Г.Ю.), 2024. – С. 211-214. – EDN VRNFBF.