

— у всех испытуемых девушек присутствуют явные признаки стереотипизации обоих полов.

Таким образом, изучение распространенности гендерной стереотипизации среди студентов ВГУ имени П.М. Машерова была использована методика на основе полоролевого опросника С. Бем. В результате исследования было выявлено, что изучаемая проблема имеет широкое распространение среди испытуемых. По полученным результатам можно судить о прочном укоренении стереотипного мышления в умах как студентов, так и всего общества в целом.

Исходя из данной проблемы был предложен ряд рекомендации по преодолению этой самой гендерной стереотипизации. Основой этих рекомендаций является изменение процесса обучения, всеобщее внедрение гендерного подхода в систему образования и педагогический процесс. Преодоление гендерной стереотипизации крайне важно для развития цивилизованного общества, так как предполагает развитие толерантности, снижение риска появления конфликтов на почве сексизма. И именно система образования может кардинально изменить ситуацию, так как сама является важнейшим институтом социализации и сильнейшим рычагом влияния на развитие как отдельного человека, так и всего общества.

Список литературы:

1. Бендас Т.В. Гендерная психология: учебное пособие / Т.В. Бендас. - СПб.: Питер, 2006. - 431 с.
2. Гапова Е.И., Усманова А.Р. Антология гендерной теории: сб. пер. / Е.И. Гапова, А.Р. Усманова. - Минск: Пропилеи, 2000. - 384 с.
3. Клецина И.С. Практикум по гендерной психологии / И.С. Клецина. - СПб.: Питер, 2003. - 479 с.

УДК 316.61

ЕДИНСТВО ТРАДИЦИОННЫХ И СОВРЕМЕННЫХ МЕТОДИК ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ

*Климкович Майя Викторовна
магистрант кафедры психологии
ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск
e-mail: maiyamartin@mail.ru*

Аннотация. В данной статье приведены различные точки зрения на профессиональное самоопределение. Представлены традиционные и современные методики профессиональной ориентации, указаны их положительные и отрицательные составляющие. Обоснована необходимость единства традиционных и современных методик профессионального самоопределения.

Ключевые слова: профессиональное самоопределение, профессиональная ориентация, метод, профессия, профессиональная деятельность.

UNITY OF TRADITIONAL AND MODERN METHODS OF PROFESSIONAL SELF-DETERMINATION

Klimkovich Maya Viktorovna

*Master's student at the Department of Psychology
Voronezh State University named after P.M. Masherova, Vitebsk
e-mail: maiyamartin@mail.ru*

Abstract. This article provides various points of view on professional self-determination. Traditional and modern methods of vocational guidance are presented, their positive and negative components are indicated. The necessity of the unity of traditional and modern methods of professional self-determination has been substantiated.

Keywords: professional self-determination, professional orientation, method, profession, professional activity.

Профессиональное самоопределение – это «процесс формирования личностью своего отношения к профессиональной деятельности и способ его реализации через согласование личностных и социально-профессиональных потребностей» [1]. Э.Ф. Зеер, Е.А. Климов, И.С. Кон, Д.А. Леонтьев, А.К. Маркова и многие другие занимались изучение вопроса профессионального самоопределения личности.

Д.А. Леонтьев считал, что профессиональное самоопределение – сложный динамический процесс формирования личностью системы своих основополагающих отношений к профессионально-трудовой среде, развития и самореализации духовных и физических возможностей, формирования им адекватных профессиональный намерений и планов, реалистического образа себя как профессионала [2].

Е.А. Климов рассматривал профессиональное самоопределение как не создание пределов развитию человека, не впадение в профессиональную ограниченность, а поиск возможностей беспредельного развития. Это не однократное действие, а длительный, многолетний процесс, который на разных возрастных этапах связан с разными целями и имеет разное содержание [3].

Во всех приведенных понятиях прослеживается общее: профессиональное самоопределение – это сложный изменчивый процесс формирования личностью отношения к профессиональной деятельности, в процессе которой будет развиваться и совершенствоваться человек. Так же можно утверждать, что профессиональное самоопределение – это процесс и результат, так как с одной стороны это длительный и многоэтапный переход от одной стадии профессионального развития к другой, в котором человек находится в поиске себя и непрерывно идет к себе. С другой стороны это четкий выбор в отношении определенной профессии и определенной деятельности, с которой человек себя идентифицирует на данном жизненном этапе и видит свое предназначение в занимаемом им месте в обществе.

В некоторых источниках иногда профессиональное самоопределение синонимично профориентации (профориентации). Отчасти это верно, однако следует принимать во внимание их принципиальное различие: профессиональное самоопределение – это сама личность выбирает и формирует свое отношение к профессии (внутри личности), а профориентация – система научно обоснованных мероприятий, направленных на помочь в выборе профессии (вне личности). Иными словами, профессиональная ориентация влияет на профессиональное самоопределение, это своеобразный профессиональный процесс интериоризации.

Все методы профориентации можно разделить на просветительские, методы профессиональной психодиагностики, методы моральной поддержки и оказания помощи в

конкретном выборе и принятии решения. Надлежаще подобранные методы и методики профориентации для каждого человека и соразмерно ситуации способствуют наиболее успешному самоопределению и выбору наиболее подходящей профессии для личности в соответствии с ее склонностями и способностями.

Актуальной, по сей день, является типология профессий, предложенная Е.А. Клиновым в дифференциально-диагностическом опроснике (ДДО), где в качестве мерила выступает отношение к предмету труда. Все профессии соотносятся с группами: Человек-природа, Человек-техника, Человек-человек, Человек-знаковые системы, Человек-художественный образ. Привлекательность данной методики еще и в простоте обработки. Однако ориентировочная таблица классификации профессий автора для современного мира уже утратила свою значимость, так как за последние годы стали появляться новые профессии, например, ИТ-медик, биоинженер, вальвеолог, которые достаточно сложно отнести к одной группе профессий.

Существует еще одна относительно новая методика, в которой сопоставляется тип личности и тип профессиональной среды – опросник профессиональных предпочтений Дж. Голланда (ОПП). Дж. Голланд считал, что успех в профессиональной деятельности зависит от соответствия типа профессиональной среды и типа личности. По этой причине, люди стремятся найти подходящую профессиональную среду к своему типу личности. На основе интересов и ценностных ориентаций Дж. Холлард выделяет следующие профессионально-ориентировочные типы личности: реалистичный, интеллектуальный, социальный, конвенционный, предпринимательский и артистичный. Данный опросник указывает не столько на выбор конкретной профессии, сколько позволяет понять тип деятельности, которая в большей степени подходит человеку, тем самым, оставляя место для профессионального самоопределения за индивидом.

Также, на современном этапе, одним из значимых критериев при профессиональном самоопределении является финансовая составляющая, которая не учитывалась ни в одной из приведенных методик или созданных до XXI века. Однако, Дж. Коллинз предложил инновационную методику «Концепцию ежа» или «Три пересекающихся круга». Данная концепция достаточно проста: автор просит ответить на три вопроса:

- В чем можешь стать лучшим в мире?
- На чем ты можешь зарабатывать?
- К чему у тебя страсть?

Ответы на эти вопросы обозначают три основные сферы: хочу, могу и надо. Суть данной концепции не в том, чтобы стать лучшим, а в том, чтобы понять: в чем Вы можете быть лучшим. То есть избрать для себя такую профессию, в которой получится добиться успеха, которая будет интересна, соответствовать способностям и приносить доход. Концепция ежа рассматривает актуальные способности и представления человека о самом себе, которые могут быть не объективны. Данная методика лишена глубины изучения и научного обоснования, что в свою очередь может стать причиной неверной интерпретации потенциальных способностей человека, а, следовательно, привести к ошибочному выбору профессиональной деятельности.

Таким образом, для профессионального самоопределения следует опираться на опыт как традиционных, так и современных методик. Традиционные методики делаю больший уклон на личностные аспекты человека и его способности, которые устанавливаются с помощью валидного и достоверного материала. Однако традиционные методики достаточно ригидные для современного мира и требуют доработки. Современные же методики соответствуют интересам общества, но не имеют должной научности и глубины изучения вопроса. Сочетая как традиционные, так современные методики профессионального самоопределения и опираясь сугубо на их положительные стороны, можно всесторонне

взглянуть на проблемный вопрос и получить несколько ответов. Это позволит получить большее поле для размышлений и выбора своей профессиональной деятельности.

Список литературы:

1. Бим-Бад Б.М. Педагогический энциклопедический словарь / Б.М. Юим-Бад. - М.: Большая Российская энциклопедия, 2008. – С. 224-225.
2. Леонтьев Д.А. Профессиональное самоопределение как построение образов будущего / Д.А. Леонтьев, Е.В. Шелобанова // Вопросы психологии, 2001. – № 1. – С. 57-66.
3. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Е.А. Климов; 3-е изд. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. – 304 с.

УДК 616.89: 364.65

**РАБОТА ГРУПП САМОПОМОЩИ ДЛЯ ЛИЦ С АЛКОГОЛЬНОЙ АДДИКЦИЕЙ
В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ COVID-19**

*Крестянинова Татьяна Юрьевна
кандидат биологических наук, доцент кафедры психологии ВГУ
имени П.М. Машерова, Беларусь, г. Витебск
e-mail: auta@bk.ru*

Аннотация. Разработана программа коррекции самооценки личности для лиц с алкогольной аддикцией в условиях группы взаимопомощи. Предпринята попытка организации работы групп взаимопомощи с использованием информационных компьютерных технологий. Выяснилось, лица с алкогольной аддикцией достоверно чаще, демонстрируют низкий неадекватный уровень самооценки. Выявлено, что женщины с алкогольной аддикцией чаще, чем мужчины демонстрируют низкий неадекватный уровень самооценки. Применение программы коррекции самооценки личности в условиях групп взаимопомощи позволило изменить уровень самооценки в сторону адекватных типов, за короткое время.

Ключевые слова: самооценка личности, алкогольная аддикция, коррекционная программа, абstinенция, информационные компьютерные технологии.

**WORK OF SELF-AID GROUPS FOR PERSONS WITH ALCOHOLIC ADDICTION
IN THE CONDITIONS OF THE COVID-19 PANDEMIC**

*Krestyaninova Tatiana Yurievna
Candidate of Sciences in Biology, Associate Professor of the Department of
Psychology, Voronezh State University named after P.M. Masherova, Belarus, Vitebsk
e-mail: auta@bk.ru*

Abstract. A program for the correction of personality self-esteem has been developed for persons with alcohol addiction in a self-help group. An attempt was made to organize the work of self-help groups using information computer technologies. It turned out that persons with alcohol addiction significantly more often demonstrate a low inadequate level of self-esteem. It was revealed that women with alcohol addiction more often than men demonstrate a low inadequate level of self-esteem. The application of the program for the correction of self-esteem of the