

2. Власова Т.А. Актуальные проблемы клинического изучения ЗПП у детей / Т.А. Власова, К.С. Лебединская// Дефектология. – 1975. – №6. – С. 8–17.
3. Кисова В.В. Эмпирический анализ состояния системы образования детей с задержкой психического развития в России / В.В. Кисова, А.В. Семенов // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2015. – №12–6. – С. 1127–1132;
4. Виноградов-Савченко В.В. Реабилитация детей с задержкой психического развития: методическое пособие / В.В. Виноградов-Савченко. – Омск: БУ РЦДП, 2015. – 45 с.

**Замошников Пётр Анатольевич**  
студент  
ФГБОУ ВО «Донской государственный  
технический университет»  
г. Ростов-на-Дону, Ростовская область

## ПРОБЛЕМЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТАНОВЛЕНИЯ ЛИЧНОСТИ

***Аннотация:** в статье «Проблемы профессионального становления личности» рассматриваются основные проблемы, с которыми сталкиваются люди в процессе своего профессионального становления. Автор обращает внимание на трудности выбора профессии, отсутствие опыта, несоответствие требованиям рынка труда, стресс и неопределенность, дисбаланс в работе и личной жизни, ограниченные возможности для роста и развития, а также развития навыков межличностного общения. Автором подчеркивается важность осознания этих проблем и предлагаются такие решения, как обучение, саморазвитие, управление эмоциями, установление границ, создание сети профессиональных контактов и развитие коммуникативных навыков. Читателям предлагается использовать эти проблемы как возможности для личностного роста и профессионального развития.*

***Ключевые слова:** профессиональное становление, личность, проблемы, выбор профессии, отсутствие опыта, требования рынка труда, стресс, неуверенность, ограниченные возможности роста, навыки межличностного взаимодействия, саморазвитие, управление эмоциями, границы, профессиональные контакты, коммуникативные навыки.*

Процесс профессионального становления личности сложен и многогранен. Каждый человек, начиная свою карьеру, сталкивается с определенными проблемами и вызовами, которые могут повлиять на его развитие и успех в выбранной им сфере деятельности. В этой статье мы рассмотрим некоторые из основных проблем, с которыми сталкиваются люди в процессе своего профессионального развития.

Выбор профессии. Одной из первых и наиболее значимых проблем является выбор профессии. Многие люди сталкиваются с трудностями в определении своих профессиональных интересов, увлечений и способностей. Часто они испытывают давление со стороны общества, родителей или окружения, что может привести к неправильному выбору профессии. Это может привести к неудовлетворенности работой и отсутствию профессионального роста в долгосрочной перспективе.

Недостаток опыта. В начале карьеры многие люди сталкиваются с проблемой отсутствия необходимого опыта работы. Работодатели часто отдают предпочтение кандидатам с опытом работы, что затрудняет получение первой работы. Это создает порочный круг, когда получение опыта требует работы, а работа требует опыта. Чтобы преодолеть эту проблему, необходимо поискать возможности стажировки, стать волонтером или обратиться к программам наставничества.

Несоответствие требованиям рынка труда. Сфера деятельности постоянно меняется и развивается, и профессионалам приходится постоянно обновлять свои навыки и знания. Однако некоторые люди сталкиваются с проблемой несоответствия своих профессиональных навыков требованиям рынка труда. Это может быть связано с быстрым развитием технологий или меняющимися потребностями рынка. Чтобы решить эту проблему, важно быть готовым к обучению и постоянному саморазвитию.

Стресс и неуверенность. Профессиональное становление личности часто сопровождается стрессом и неопределенностью. Новые задачи, ответственность, конкуренция и завышенные ожидания могут вызвать беспокойство и нервное напряжение. Часто люди сомневаются в своих способностях и боятся совершить ошибку или не оправдать ожиданий других. Это может привести к снижению самооценки и ухудшению профессиональной продуктивности.

Чтобы преодолеть стресс и неуверенность, важно развивать навыки управления эмоциями и формировать позитивное отношение к себе и своим достижениям. Разумные цели и постепенное движение к ним помогут повысить уверенность в себе. Поддержка коллег, наставников и друзей также может сыграть важную роль в преодолении этих проблем.

Дисбаланс между работой и личной жизнью. В современном мире, где работа занимает значительную часть нашей жизни, многие сталкиваются с проблемой дисбаланса между работой и личной жизнью. Перегрузка на работе, продолжительный рабочий день и нехватка времени для себя, семьи и хобби могут негативно сказаться на психологическом и физическом благополучии. Чтобы решить эту проблему, важно установить границы между работой и личной жизнью, практиковать эффективное управление временем и уделять внимание здоровому образу жизни.

Ограниченные возможности для роста и развития. В процессе профессионального становления личности возникают проблемы, связанные с ограниченными возможностями для роста и развития. Некоторые люди сталкиваются с ситуацией, когда их нынешняя работа не предоставляет достаточных возможностей для профессионального развития или продвижения по службе. Это может привести к чувству застоя и неудовлетворенности. В таких случаях важно искать возможности расширить свои навыки и знания с помощью дополнительного образования, участия в профессиональных тренингах или поиска новых задач и перспективных проектов. Также полезно создать свою сеть профессиональных контактов и активно искать наставников, которые могут помочь развиваться и достигать карьерных целей.

Развитие навыков межличностного взаимодействия. Профессиональное развитие личности не ограничивается только развитием технических навыков, но и требует развития навыков межличностного общения. Умение эффективно общаться, работать в команде, разрешать конфликты и

устанавливать хорошие отношения с коллегами и клиентами является неотъемлемой частью успеха в любой профессии. Однако многие люди сталкиваются с проблемами в этой области, такими как социальная неуклюжесть, неуверенность в себе или трудности в управлении эмоциями в межличностных отношениях.

Чтобы преодолеть эти проблемы, полезно поработать над развитием своих коммуникативных навыков и эмоционального интеллекта. Это может включать чтение специализированной литературы, участие в тренингах и практику в реальных ситуациях. Также стоит стремиться к установлению взаимопонимания с коллегами и активно прислушиваться к их мнениям и идеям, чтобы развивать отношения, основанные на взаимном уважении и сотрудничестве.

Я хотел бы сказать, что профессиональное становление человека сопровождается рядом проблем, но каждая из них представляет собой возможность для личного роста и развития. Важно осознавать эти проблемы и активно работать над их преодолением, используя имеющиеся ресурсы и поддержку других людей. Необходимо быть готовым к постоянному самообразованию, адаптации к изменениям и поиску новых возможностей для развития своих профессиональных навыков и достижений.

#### *Список литературы*

1. Кон И.С. Психология профессионализма / И.С. Кон. – 2011. – С. 54–55.
2. Зыкова И.В. Психология профессионального самоопределения / И.В. Зыкова. – 2005. – С. 99–101.
3. Кондрашихина О.А. Профессиональная самореализация личности: теоретико-прикладные аспекты / О.А. Кондрашихина. – 2009. – С. 43–47.

**Коваленко Софья Михайловна**  
студентка

Научный руководитель

**Андрющенко Юлия Владимировна**  
старший преподаватель

ФГБОУ ВО «Тихоокеанский  
государственный университет»  
г. Хабаровск, Хабаровский край

## **ДИНАМИКА СОЦИОКУЛЬТУРНОЙ СРЕДЫ КАК ФАКТОР ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ**

***Аннотация:** в статье рассмотрено влияние динамики социокультурной среды на формирование личности. Раскрываются понятия «динамика» и «социокультурная среда». Затронут вопрос о судьбе перехода России от традиционного к современному обществу. В работе показана ненадежность структуры в идеологии нынешней среде, которую надо укреплять путём исследования социокультурной среды транзитивного общества.*

***Ключевые слова:** социокультурная среда, динамика, личность, культура, идеология.*