

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ  
им. В.П. Астафьева  
ФАКУЛЬТЕТ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ  
Кафедра педагогики и психологии начального образования

**Алтабасова Злата Юрьевна**

**МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ**

Тема: Групповое психологическое консультирование как средство развития  
гендерного самосознания у старших школьников

Направление: 44.04.02. Психолого-педагогическое образование

Магистерская программа: Мастерство психологического консультирования

Допущена к защите  
Заведующая кафедрой  
к.пс.н., доцент Мосина Н.А.  
(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

\_\_\_\_\_  
(дата, подпись)

Руководитель магистерской программы  
к.пс.н., доцент Сафонова М.В.  
(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

\_\_\_\_\_  
(дата, подпись)

Научный руководитель  
к.пс.н., доцент Мосина Н.А.  
(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

\_\_\_\_\_  
(дата, подпись)

Студент  
Алтабасова З.Ю.  
(фамилия, инициалы)

\_\_\_\_\_  
(дата, подпись)

Красноярск, 2023

## СОДЕРЖАНИЕ

Реферат	3
Введение	10
ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ПРОБЛЕМЫ ГЕНДЕРНОГО САМОСОЗНАНИЯ В ПРОЦЕССЕ ГРУППОВОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ СТАРШИХ ШКОЛЬНИКОВ	15
1.1. Гендерное самосознание как предмет научного исследования в современной психологии	15
1.2. Особенности развития гендерного самосознания в старшем школьном возрасте	23
1.3 Возможности группового консультирования как средство развития гендерного самосознания у старших школьников	29
Выводы по Главе I	34
ГЛАВА II. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ РАБОТЫ, НАПРАВЛЕННОЙ НА РАЗВИТИЕ ГЕНДЕРНОГО САМОСОЗНАНИЯ В ПРОЦЕССЕ ГРУППОВОГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ	36
2.1. Методическая организация исследования и обсуждение результатов констатирующего эксперимента	36
2.2. Организация и проведение формирующего эксперимента	49
2.3. Анализ результатов формирующего эксперимента и их обсуждение	57
Выводы по Главе II	66
Заключение	69
Список литературы	73
Приложения	77

## Реферат

Диссертация на соискание степени магистра по направлению подготовки Психолого-педагогического образования «Групповое психологическое консультирование как средство развития гендерного самосознания у старших школьников».

**Цель исследования:** теоретически обосновать и экспериментально апробировать программу, направленную на развитие гендерного самосознания старших школьников в процессе группового консультирования.

**Объект исследования:** процесс развития гендерного самосознания старших школьников.

**Предмет исследования:** групповое психологическое консультирование как средство развития гендерного самосознания старших школьников.

**Гипотеза исследования** состоит в предположении о том, что процесс развития гендерного самосознания старших подростков будет эффективным, если:

- 1) будет организовано групповое консультирование, с учетом специфики психологических особенностей детей старшего школьного возраста;
- 2) будут использованы техники групповой терапии, обеспечивающие развитие гендерного самосознания старших школьников через развитие рефлексии;
- 3) в ходе консультаций будут применяться техники, включающие в себя библиотерапию, которые способствует самопознанию, пересмотру своего восприятия, преодолению эмоциональных трудностей и развитию гендерных представлений.

**Теоретическую и методологическую основу исследования составили:**

- исследования гендерного самосознания (И.С. Клецина, И.С. Кон, А.А. Чекалина, С.Бем, Л.Н. Азарова, Л.Н. Ожигова, Р. Столлер, и др.);
- исследования особенностей развития старших школьников (Э.Эриксон, Л.И. Божович, О.А. Карабанова, В.С. Мухина, Р. Коннелл и др.);
- исследования группового психологического консультирования (Ялом И.; Кори Д. и др.)

**Методы исследования.**

1. Теоретические – анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования; обобщение практического опыта по работе психологов с гендерным самосознанием.
2. Эмпирические – тестирование; эксперимент (групповое консультирование).
3. Статистические – методы математической обработки данных.

**Экспериментальная база исследования:** — в исследовании принимали участие 46 учащихся 10 классов в возрасте 16 и 17 лет МБОУ СШ № 155 г.Красноярска.

Результаты исследования были подвергнуты апробации в процессе организации и проведения групповых консультаций в МБОУ СШ № 155 города Красноярска. В общей сложности было организовано и проведено 7 групповых консультаций.

**Теоретическая значимость** работы заключается в обобщении и систематизации научных трудов по направлениям:

- определение и описание гендерного самосознания;
- изучение и описание влияния компонентов гендерного самосознания на старших школьников;
- описание особенностей консультирования старших школьников;
- описание возможностей проведения группового психологического консультирования с целью коррекции гендерного самосознания;

**Практическая значимость** работы определяется возможностью использования представленного материала психологами, педагогами и старшими школьниками, школами, а также психологическими центрами. Данная работа может найти применение как в практических сферах, так и в академических исследованиях, способствуя развитию понимания гендерной тематики и поддержке старших школьников.

**Структура работы:** работа состоит из реферата, введения, двух глав, заключения, библиографического списка и приложений. Общий объем диссертационного исследования составил 100 страниц текста, проиллюстрированного 8 рисунками и 12 таблиц.

**Во введении** описана актуальность работы и ее новизна, цели и задачи исследования, научная и практическая значимость диссертационного исследования. Также во введении сформулированы положения, вынесенные на защиту диссертации, представлен список статей, в которых опубликованы результаты исследования.

**В Главе I** были изложены теоретические основы гендерного самосознания в современной психологии; проанализированы работы в области изучения особенностей гендерного самосознания, его компонентов и работы по изучению характеристик феминности и маскулинности; сформулированы особенности группового консультирования старших школьников. Представлены теоретические выводы.

**В Главе II** представлено исследование, в рамках которого изучалось воздействие группового консультирования на развитие гендерного самосознания старших школьников. В работе описаны методология и организация исследования, а также обсуждены результаты констатирующего эксперимента и проведение формирующего эксперимента. Далее представлены результаты формирующего эксперимента и их детальное обсуждение. На основе полученных данных сделаны соответствующие выводы.

**В Заключении** изложены основные выводы относительно результатов диссертационного исследования.

**В приложениях** представлены таблицы, включающие в себя исследовательские результаты, а также вычисленные статистические данные, и разработанная программа психологического консультирования.

Библиографический список включает 52 источника.

## Abstract

Dissertation for the Master's Degree in the field of Psychological and Pedagogical Education: «Group Psychological Counseling as a Means of Developing Gender Self- Identity in High School Students».

**Research Objective:** Theoretical justification and experimental testing of a program aimed at developing the gender self- identity of high school students through group counseling.

**Research Object:** The process of developing gender self-identity in high school students.

**Research Subject:** Group psychological counseling as a means of developing gender self-identity in high school students.

**The research hypothesis** posits that the process of developing gender self-identity in older adolescents will be effective if:

- 1) group counseling is organized, taking into account the specific psychological characteristics of students in the later years of secondary school;
- 2) techniques of group therapy are employed to facilitate the development of gender self-identity in high school students through the promotion of reflective practices;
- 3) counseling sessions incorporate techniques, including bibliotherapy, which contribute to self-awareness, reassessment of perceptions, overcoming emotional challenges, and the development of gender-related beliefs.

**Theoretical and methodological foundations of the study were based on:**

- studies of gender self-identity (I.S. Klestina, I.S. Kon, A.A. Chekalina, S. Bem, L.N. Azarova, L.N. Ozhigova, R. Stoller, and others);
- research on the developmental characteristics of high school students (E. Erikson, L.I. Bozhovich, O.A. Karabanova, V.S. Mukhina, R. Connell, and others);
- studies on group psychological counseling (Irvin D. Yalom, Corey D., and others).

### **Research Methods:**

Theoretical methods involved the analysis of psychological and pedagogical literature on the research problem and the synthesis of practical experience in working with gender self-identity.

Empirical methods included testing and experimentation (group counseling).

Statistical methods were used for mathematical data processing.

**The experimental base** of the study involved 46 students from the 10th grade, aged 16 and 17, from the Municipal Secondary School No. 155 in Krasnoyarsk.

The research results were tested during the organization and conduct of group counseling sessions at Municipal Secondary School No. 155 in Krasnoyarsk. In total, 7 group counseling sessions were organized and conducted.

**The theoretical significance** of the work lies in the generalization and systematization of scientific works in the following areas:

1. Definition and description of gender self-identity.
2. Study and description of the influence of components of gender self-identity on high school students.
3. Description of the features of counseling for high school students.
4. Description of the possibilities of conducting group psychological counseling for the purpose of correcting gender self-identity.

**The practical significance** of the work is determined by the possibility of using the presented material by psychologists, educators, high school students, schools, and psychological centers. This work can find application in both practical fields and academic research, contributing to the development of understanding of gender issues and support for high school students.

Structure of the work: The thesis consists of an abstract, introduction, two chapters, conclusion, bibliography, and appendices. The total volume of the dissertation research is 100 pages of text, illustrated with 8 figures and 12 tables.



In the introduction, the relevance and novelty of the work, the objectives and tasks of the research, and the scientific and practical significance of the dissertation research are described. The introduction also formulates the positions defended in the dissertation, presents a list of articles where the research results have been published.

Chapter I outlines the theoretical foundations of gender self-identity in contemporary psychology. It analyzes works in the field of studying the characteristics of gender self-identity, its components, and research on the characteristics of femininity and masculinity. The chapter formulates the features of group counseling for high school students and presents theoretical conclusions.

Chapter II presents the research that examined the impact of group counseling on the development of gender self-identity in high school students. The methodology and organization of the research are described, along with the results of the exploratory experiment and the implementation of the formative experiment. The chapter then presents the results of the formative experiment and their detailed discussion. Conclusions are drawn based on the obtained data.

The conclusion summarizes the main findings regarding the results of the dissertation research.

In the applications, there are tables that include research results, as well as calculated statistical data, and a developed program for psychological counseling. The bibliography includes 52 sources.

## Введение

Развитие гендерного самосознания имеет широкий спектр положительных последствий как на индивидуальном, так и на общественном уровнях. Оно способствует более равноправному, осознанному и психически здоровому обществу.

**Актуальность** исследования заключается в том, что в старшем школьном возрасте происходят существенные изменения в самосознании, из-за физических, эмоциональных и психологических изменений. Эти изменения подвергают сомнению предшествующие представления подростков о собственной личности. Гендерное самосознание играет значительную роль в этом процессе, поскольку оно встраивается в общее самосознание и оказывает влияние на индивидуальные характеристики, социальные роли, предпочтения в одежде, интересы, методы межличностного взаимодействия и выбор профессии.

В настоящее время, несмотря на обширные исследования и литературные источники в области изучения гендера, все еще широко распространены гендерные стереотипы и предубеждения, которые отрицательно влияют на гендерное самосознание старших школьников, ограничивая их аутентичность.

Изучение гендера привлекает многих зарубежных и отечественных исследователей, таких как Р. Столлер, С. Бем, Т.В. Бендас, И.С. Клецина, В.В. Знаков, Л.Н. Ожигова, И.Г. Малкина-Пых и др.

Исследования гендерного самосознания были проведены А.А. Чекалиной и И.С. Коном.

**Цель:** теоретически обосновать и экспериментально апробировать программу, направленную на развитие гендерного самосознания старших школьников в процессе группового консультирования.

**Объект исследования:** процесс развития гендерного самосознания старших школьников.

**Предмет:** групповое психологическое консультирование как средство развития гендерного самосознания старших школьников.

**Гипотеза исследования** состоит в предположении о том, что процесс развития гендерного самосознания старших подростков будет эффективным, если:

- будет организовано групповое консультирование, с учетом специфики психологических особенностей детей старшего школьного возраста;
- будут использованы техники групповой терапии, обеспечивающие развитие гендерного самосознания старших школьников через развитие рефлексии;
- в ходе консультаций будут применяться техники, включающие в себя библиотерапию, которые способствует самопознанию, пересмотру своего восприятия, преодолению эмоциональных трудностей и развитию гендерных представлений.

**Задачи:**

1. Изучить современную литературу в области психологии и педагогики, касающуюся исследования гендерной самосознания в современном обществе.
2. Определить особенности старшего школьного возраста.
3. Определить особенности организации и содержания групповых консультаций для старших школьников.
4. Разработать систему критериев для проведения исследования.
5. Определить содержательные и методические аспекты приемов и техник для работы над развитием гендерного самосознания.
6. Провести эмпирическое исследование психологических особенностей развития гендерного самосознания старших школьников, описать актуальный уровень сформированности личностного гендерного самосознания.
7. Разработать и апробировать программу, направленную на развитие гендерного самосознания в процессе группового психологического консультирования старших школьников.

8. Проследить изменения в уровнях сформированности гендерного самосознания старших школьников до и после консультативной работы.

**Методы исследования:**

1. Теоретические – анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования; обобщение практического опыта по работе психологов с гендерным самосознанием.

2. Эмпирические – тестирование; эксперимент (групповое консультирование).

3. Статистические – методы математической обработки данных.

**Экспериментальная база исследования:** — в исследовании принимали участие 46 учащихся 10 классов в возрасте 16 и 17 лет МБОУ СШ № 155 г.Красноярска.

**Теоретическую и методологическую базу исследования составили:**

- исследования гендерного самосознания (И.С. Клецина, И.С. Кон, А.А. Чекалина, С.Бем, Л.Н. Азарова, Л.Н. Ожигова, Р. Столлер, и др.);
- исследования особенностей развития старших школьников (Э.Эриксон, Л.И. Божович, О.А. Карабанова, В.С. Мухина, Р. Коннелл и др.);
- исследования группового психологического консультирования (Ялом И.; Кори Д. и др.)

**Новизна** диссертационной работы состоит в разработке и апробации развивающей программы, направленной на развитие гендерного самосознания.

**Теоретическая значимость** работы заключается в обобщении и систематизации научных трудов по направлениям:

- определение и описание гендерного самосознания;
- изучение и описание влияния компонентов гендерного самосознания на старших школьников;
- описание особенностей консультирования старших школьников;
- описание возможностей проведения группового психологического консультирования с целью коррекции гендерного самосознания;

**Практическая значимость** работы определяется возможностью использования представленного материала психологами, педагогами и старшими школьниками, школами, а также психологическими центрами. Данная работа может найти применение как в практических сферах, так и в академических исследованиях, способствуя развитию понимания гендерной тематики и поддержке старших школьников.

**Структура работы:** работа состоит из реферата, введения, двух глав, заключения, библиографического списка и приложений. Общий объем диссертационного исследования составил 100 страниц текста, проиллюстрированного 8 рисунками и 12 таблиц.

**Во введении** описана актуальность работы и ее новизна, цели и задачи исследования, научная и практическая значимость диссертационного исследования. Также во введении сформулированы положения, вынесенные на защиту диссертации, представлен список статей, в которых опубликованы результаты исследования.

**В Главе I** были изложены теоретические основы гендерного самосознания в современной психологии; проанализированы работы в области изучения особенностей гендерного самосознания, его компонентов и работы по изучению характеристик феминности и маскулинности; сформулированы особенности группового консультирования старших школьников. Представлены теоретические выводы.

**В Главе II** представлено исследование, в рамках которого изучалось воздействие группового консультирования на развитие гендерного самосознания старших школьников. В работе описаны методология и организация исследования, а также обсуждены результаты констатирующего эксперимента и проведение формирующего эксперимента. Далее представлены результаты формирующего эксперимента и их детальное обсуждение. На основе полученных данных сделаны соответствующие выводы.

**В Заключении** изложены основные выводы относительно результатов диссертационного исследования.

**В приложениях** представлены таблицы, включающие в себя исследовательские результаты, а также вычисленные статистические данные, и разработанная программа психологического консультирования.

Библиографический список включает 52 источника.

# **Глава 1. Теоретические основы исследования проблемы гендерного самосознания в процессе группового консультирования старших школьников**

## **1.1. Гендерное самосознание как предмет научного исследования в современной психологии**

Термин «гендер» был впервые использован в работе Р. Столлера в 1963 г., где автор стремился развести понятия пола и гендера. Под гендером автор подразумевал более широкие концепты маскулинности и феминности, в то время как понятие пола определялось Столлером в рамках физиологии и анатомии. Хотя слово гендер и пол иногда употребляются как синонимы, их различие имеет принципиальное значение. Так термин «гендер» был введен исключительно для отделения естественного (природного) от приобретенного (культурного) в человеке. «Пол» же определяется как совокупность биологических характеристик - генетических, физиологических и репродуктивных [35, стр.190].

Психолог Калифорнийского политехнического института Шон Меган Берн называет гендер социально-биологической характеристикой, используя которую общество определяет мужчин и женщин. Он также отмечает, что поскольку пол является биологической категорией, социальные психологи часто ссылаются на те гендерные различия, которые обоснованы биологически, как на «половые» [3, стр.11].

Похожие обозначения понятий пол и гендер можно найти в работах отечественных психологов. Например, И.С. Кон определил «гендер» как социальные ожидания, касающиеся поведения, идентичности и сферы деятельности мужчин и женщин. Он обозначил гендер не как набор физических свойств, а социально сформированные черты маскулинности и феминности [17, стр.701].

А.А. Чекалина рассматривает биологический пол как «совокупность контрастирующих генеративных признаков особей одного вида». Социальный пол или гендер определяются как репродуктивные, соматические, социокультурные и поведенческие характеристики, дающий индивиду личный, социальный и правовой статус мужчины и женщины [38, стр.36].

Согласно С.Л. Рыкову, термин «гендер» (в переводе с английского gender - «род») отражает социально обусловленную природу мужского и женского и акцентирует внимание на том, что социальные различия мужчин и женщин не всегда являются естественным продолжением биологических различий, а обусловлены влиянием социальных факторов [32, стр.78]. Как писал Ж.Э. Пиаже, ребенок, находящийся на стадии дооперационального интеллекта - это эгоцентричный «моральный реалист», склонный рассматривать все правила и закономерности в качестве абсолютных и универсальных.

Таким образом, разные авторы представляют «гендер» как социально-культурное понятие, выделяя его из понятия «пола», который определяется биологическими характеристиками.

Методологически отделив пол от гендера, появляется возможность изменить социализацию мужчин и женщин в сторону реализации интересов и способностей, а не гендерных предписаний и стереотипов, потому что социальное больше поддается изменению, чем биологическое.

В России к основными направлениями гендерного изучения относят: изучение образов мужчин и женщины, влияния социальных стереотипов маскулинности и фемининности в формировании и развитии идентичности, а также причины укорененности гендерных стереотипов. Одной из основных целей этих исследований является установление равенства полов [37, стр.34].

Маскулинность (или мужественность) и фемининность (также феминность или женственность) определяются как нормативные представления о соматических, психических и поведенческих свойствах, присущие мужчинам и женщинам. Во многих человеческих обществах исторически сложилось так, что маскулинность характеризуется активностью, агрессивностью,



независимостью, силой, а фемининность может характеризоваться, например, зависимостью, пассивностью, мягкостью и слабостью. Маскулинность и фемининность зависят от системы половых ролей и культурных норм, поэтому существует множества индивидуальных вариаций, не совпадающих с нормативной моделью [8, стр.188].

Женственность — характеристики, связанные с женским полом. Историческое исследование женственности выделяет следующие черты: готовность помочь, уступчивость, отзывчивость, мягкость и поглощенность материнством. Эти стереотипы, которые доминируют во многих концепциях сексуального различия, включая сведение социокультурных процессов к биологическим данным были оспорены феминистками и социологами [6, стр.208].

Мужественность — характерные черты, присущие мужскому полу. Историческое изучение определяет «мужественность» как: кодекс поведения, героизм, сила, акцент на общем характере мужчины как естественном. Кроме того, есть монолитные измерения мужественности, связанные с объективностью, рассудком и процессами цивилизованности [7, стр.444].

В 1936 году Льюис Терман создал первый тест для определения «психической маскулинности и фемининности», который предполагал, что люди могут быть только маскулинными или фемининными. В настоящее время признается, что каждый человек может иметь как маскулинные, так и фемининные черты, и стандарты психического здоровья должны быть нейтральными по отношению к гендерным характеристикам.

Андрогинность, происходящая от греческих слов «андро» (мужчина) и «гине» (женщина), описывает способность людей объединять как традиционно мужские, так и традиционно женские психологические качества в себе успешно. Ранее, считалось, что мужские и женские черты представляют собой единый континуум, где больше одних качеств и меньше других. Однако позднее выяснилось, что мужские и женские качества независимы и могут сосуществовать на двух отдельных, не пересекающихся континуумах.

Множество тестов, измеряющих маскулинность, фемининность и андрогинию, основаны на этом принципе. В результате тестирования, каждый человек относится к одной из четырех групп:

1. Маскулинные индивиды - те, у кого выражены традиционно мужские качества, такие как амбициозность и решительность.
2. Фемининные индивиды - те, у кого выражены традиционно женские качества, такие как доброта и нежность.
3. Андрогинные люди - те, кто успешно сочетает как мужские, так и женские черты.
4. Люди с неопределенной психологической половой идентичностью, которые не проявляют выраженных маскулинных или фемининных черт [8, стр.21].

Андрогинная модель, предложенная Сандрой Бем, отвергает жесткие культурные стереотипы о женском и мужском поведении и призывает к тому, чтобы люди проявляли личностные черты, которые являются уникальными и оригинальными. Андрогинность поощряет развитие устойчивости к стрессам, достижение успехов в разных областях жизни и более легкую адаптацию к разным ситуациям за счет богатства социально-психологических характеристик. Например, женщина андрогинного типа может проявлять смелость и активность, при этом оставаясь заботливой и нежной, а мужчина андрогинного типа может быть одновременно эмоциональным и решительным. [2, стр.20].

Осознание проявлений маскулинности и феминности, оценка соответствия этих показателей представлениям о том, что означает быть мужчиной или женщиной, и готовность создавать свою модель поведения определяются как гендерное самосознание личности [38, стр.86]. Содержание и структура гендерного самосознания зависят от того, каким образом функционируют характеристики феминности и маскулинности в сознании индивида.

Гендерная идентичность личности, как ядро гендерного самосознания, представляет собой систему собственных внутренних убеждений и смыслов,

которые формируют наше восприятие себя и других в контексте половой принадлежности. Она также отражается в нашей внешности и поведении [25, стр.166].

Под самосознанием подразумевается осознание рассудком самого себя [7, с.178]. Самосознание - это оценка человеком себя как личности - своего нравственного облика и интересов, ценностей, мотивов поведения. Функция самосознания заключается в определении жизненной ориентации и обеспечении индивида достоверными сведениями о себе.

А.А. Чекалина приписывает самосознанию иерархическую структуру, которая включает в себя разные уровни. На самом низком уровне находятся неосознанные переживания. На следующем уровне идет осознание и самооценка отдельных характеристик и качеств личности. Затем эти отдельные самооценки объединяются в общий образ «Я». Этот образ «Я» внедряется в систему ценностных установок личности, связанных с осознанием целей и средств для их достижения. Он включает в себя знания о себе, самоидентичность и дифференцированность Я-концепции. Этот образ формируется под воздействием внешней среды и процессов воображения [38, стр.92].

Стабильность и постоянство физического и психического «Я», согласно И.С. Кону, является залогом психического здоровья. Он указывает, что внутренние противоречия становятся более заметными при глубокой рефлексии. В случае, если человек имеет противоположные стремления или действия, несовместимые с его идеалами, возникает внутренний конфликт, который иногда может привести к раздвоению личности. Защитные механизмы служат средством самоподдержания, вытесняя информацию, которая не вписывается в представления человека о себе и мире [16, стр. 248].

Из многих исследований следует, что наибольшей стабильностью обладают когнитивные свойства, а именно первичные умственные способности, тип нервной системы, например темперамент, экстраверсия или интроверсия, эмоциональная реактивность и невротизм. Без осознания своей

психофизиологической индивидуальности, без принятия собственных нейродинамических и других свойств, личность с высокой вероятностью столкнется со сложностями взаимодействия со средой и определением эффективного индивидуального стиля деятельности. Рефлексия играет важную роль в развитии самосознания.

Важно отметить, что самосознание способствует повышению самоконтроля, а при наблюдении за своими мыслями, чувствами, активизируется внутренний диалог и противоречивость легче заметить, более того, легче сформировать желательное поведение. Слишком жесткая и однозначная структура ограничивает творческие и вариативные возможности человека, сводя индивидуальность к одной, заведомо частичной, социальной роли [16, стр. 163].

Гендерное самосознание — это разновидность социального самосознания, которое определяется как процесс и результат осознания себя личностью носителем гендерных характеристик и особенностей. В работе Л.Н. Азаровой гендерное самосознание рассматривается как сложная структура, которая включает в себя уникальные образы и оценки «Я» личности, относящиеся к их принадлежности к определенному гендеру. Оно включает в себя осознание физических, сексуальных и психологических аспектов своей личности в контексте выбранного гендера, а также осознание сходств и различий с представителями своего гендера и других гендеров. В структуру гендерное самосознания также входят представления о собственном жизненном и профессиональном пути как представителя определенного гендера; знания, представления о статусах, ролях и идеалах, а также нормах социального поведения, связанных с гендером. Другим важным элементом гендерного самосознания являются гендерные стереотипы и идеалы, которые также формируются в процессе взаимодействия с обществом и культурой [1, 115].

Источниками практического знания субъекта гендера о себе выступают информация о поведении других представителей гендера, развитие самооценки, эмоционально закрепляющей представления о себе в разных ситуациях.

Гендерное самосознание рассматривается большинством исследователей как социальный конструкт, надстраиваемый обществом над биологическим полом. Уровень гендерного самосознания связан с культурными и социальными стереотипами и зависит от пола, возраста и профессиональных особенностей [38, стр.94].

Существует несколько теорий того, как начинает появляться гендерное самосознание. Теория идентификации особую роль приписывает эмоциям и подражаниям, полагая, что ребенок имитирует поведение представителей своего пола неосознанно, в первую очередь — родителей, место которых он хочет занять. Теория половой типизации, опирается на концепцию социального научения, придает решающее значение механизмам подкрепления. Родители и общество поощряют мальчиков за поведение, которое считается мальчишеским, и осуждают их, когда они ведут себя женственно, тогда как девочки получают положительное подкрепление за фемининное поведение, в противном случае — отрицательное. Теория самокатегоризации, опирается на когнитивно - генетическую концепцию и подчеркивает ведущую роль самосознания, согласно которой ребенок сначала усваивает половую идентичность, признает себя мальчиком или девочкой, а затем согласовывает свое поведение с тем, что ему кажется соответствующим принятому определению. Различие между теорией типизации и самокатегоризации состоит в том, что в первом случае вознаграждение является мотивацией, а во втором - следствием личного осознания [16, стр.184].

Гендерное самосознание включает в себя разнообразные компоненты, такие как образ «Я», Я-концепция, гендерные представления, стереотипы, идеалы, ценности, гендерные установки, гендерное поведение, гендерная самооценка и гендерные роли [38, стр.97].

Общепринятые представления о свойствах, чертах характера и нормах поведения мужчин и женщин - это гендерные стереотипы. Уровень развития гендерного самосознания соответствует культурным и социальным стереотипам данной общности, половыми, возрастными и профессиональными

особенностями индивида. Стереотипы представляют собой способы категоризации огромного количества информации, часто с целью ее упрощения. Вместе с интеллектуальной поспешностью, категоричностью и упрощенностью они препятствуют проблематизации действительности, которая является показателем творческого, преобразующего и конструктивного мышления.

Во многих культурах гендерные стереотипы сходятся на том, что мужчины агрессивные, дерзкие, доминирующие, изобретательные, сильные, независимые, грубые, умные. Женщинам приписывают такие черты, как эмоциональность, мечтательность, чувствительность, покорность и суеверие. При этом, в странах с высоким социально-экономическим развитием больше равенства, чем в традиционных культурах [24, стр.68].

И.С. Клецина выделила три группы гендерных стереотипов. К первой группе относятся стереотипы маскулинности и фемининности. Мужчинам и женщинам приписываются конкретные социально- психологические качества и свойства личности, стиль поведения. На основе этих стереотипов строятся отношения между людьми, а также требования к человеку в зависимости от его пола. Ко второй группе относятся семейные и профессиональные роли в соответствии с полом. Например, женщина должна реализовываться в семье, а мужчина в работе. В исследовании проведенном в институте психологии Белорусского государственного педагогического университета, было установлено, что гендерные стереотипы и гендерная идентичность оказывают влияние на выбор профессии, а также на профессиональную идентичность и мотивы выбора профессии [39, стр.116]. Третья группа связана с половыми различиями в содержании труда. Как правило, женщине принадлежит экспрессивная сфера деятельности (исполнительский и обслуживающий труд), а мужчине — инструментальная сфера деятельности (творческий, созидательный, руководящий труд).

Гендерная идентичность представляет собой сложный аспект личности, который тесно связан с другими ее аспектами. Это процесс, который

происходит внутри психологического мира человека и включает в себя принятие или разработку способов представления своей организмической природы в соответствии с индивидуальными особенностями и ценностями. В рамках гендерной идентичности, как части общей концепции личности (Я-концепции), можно выделить структурные элементы, такие как гендерные представления о себе, гендерная самооценка и планы, а также способы и образы поведения. Индивидуализированные потребности в достижении внутренней согласованности, самоактуализации и внешнего подтверждения служат смысловыми механизмами реализации гендерной идентичности [29, стр. 31].

## **1.2. Особенности развития гендерного самосознания в старшем школьном возрасте**

В процессе гендерной социализации, начиная с первых дней жизни, индивид учится интерпретировать и усваивать социокультурные нормы и ожидания, связанные с ролями мужчины и женщины, а также размышлять о том, что означает принадлежность к определенному полу. Исследования показывают [49, стр.68], что дети проявляют способность различать женские голоса от мужских уже в возрасте шести месяцев, а к девяти месяцам могут отличить женщину от мужчины на фотографиях. Около трех лет у детей формируется гендерная идентичность (часто ассоциируя его со случайными внешними признаками, вроде одежды), что означает, что они осознают свою принадлежность к определенному гендеру, и начинают изучать социокультурные нормы, связанные с этим гендером. Эти нормы включают в себя представления о том, какие игрушки, деятельности, поведение и убеждения ассоциируются с определенным полом. В шесть - семь лет ребенок окончательно осознает половую принадлежность, и половая дифференциация поведения и установок усиливается.

Основными агентами гендерной социализации, воздействующими на детей, являются родители, учителя, сверстники и средства массовой информации [52].

Гендерная социализация осуществляется с помощью механизмов социализации, к основным из которых относятся: подражание, внушение, убеждение, конформность и идентификация. В процессе ранней гендерной социализации наиболее сильными механизмами являются подражание и идентификация с родителем своего пола. Внушение - это воздействие на эмоциональную сферу. Родители часто навязывают ребенку гендерно типичные модели поведения, например «будь аккуратной, ты же девочка». Убеждение подразумевает апелляцию к логике. «Помоги маме, — говорят девочке, — ты должна учиться готовить для того, чтобы быть хорошей хозяйкой, когда у тебя будет своя семья». Конформность как механизм гендерной социализации скорее присуща взрослым, потому что они часто подстраиваются под общепринятые гендерные нормы.

Э.Эриксон выделил 8 возрастов человека и альтернативы, которыми характеризуются эти возраста. Формирование идентичности, а также кризис идентичности наблюдается на пятой, «подростковой» стадии. В этот период перехода из детства подростки сталкиваются с физическими изменениями и половым созреванием, что подвергает сомнению их предыдущие представления о себе. Они задаются вопросами о своей внешности, сравнивая ее с образами и стандартами красоты, а также о том, как сочетать свои ранее развитые навыки и роли с ожиданиями общества. Э. Эриксон говорит об идентичности эго, которое включает в себя опыт интеграции различных идентификаций, способностей и социальных ролей. Результатом интеграции идентичности является уверенность в своей внутренней непрерывности и ценности для других людей, особенно в контексте профессиональной карьеры. В этом процессе они могут идентифицировать себя с героями и идеалами, что помогает им разрешить внутренние конфликты. По этой же причине молодежь может временно отвергать «чужих» и усиленно идентифицироваться с группой сверстников, с



которыми у них много общего. Эта интолерантность служит защитой идентичности в период моратория. Переходный период от детства к взрослости характеризуется поиском идентичности, борьбой с сомнениями и желанием принадлежать к определенным группам и идеям, что подталкивает серьезнее задуматься над самим собой и приводит к значительному развитию самосознания [41, стр.279]. При возникновении самосознания, подросток обретает возможность более глубокого и широкого понимания не только себя, но и других людей.

Л.И. Божович считала, что во второй фазе подросткового возраста, которая охватывает возраст от 15 до 17 лет и называется периодом ранней юности, происходит важное личностное изменение — формирование самоопределения. В этот период подросток начинает осознавать себя как часть общества. Это сопровождается развитием новой «внутренней позиции взрослого человека», которая включает в себя стремление заниматься деятельностью, имеющей социальное значение и позволяющей занять определенное место в обществе. Это место должно отражать жизненные стремления подростка, такие как потребности и интересы, так как он их понимает, и соответствовать его представлениям о том, каким он хочет стать во взрослой жизни [9, стр.126].

Старший школьный возраст (как правило от 15 до 18 лет) соответствует возрасту учеников в 9, 10 и 11 классах средней школы. Этот возраст представляет собой фазу перехода от детства к взрослости.

Это последний этап в биологическом созревании, когда происходят обширные и в значительной мере неконтролируемые физиологические изменения, поэтому у подростков существует давление и желание интегрировать маскулинные и фемининные черты с социально одобряемыми мотивами для регулирования своего поведения [29, стр.148].

Основной характеристикой подросткового возраста отмечается противоречивость. Одно из противоречий связано с различиями в определении возрастных периодов. Например, Д.Б. Эльконин выделил два этапа в развитии подростков: младший подростковый период и ранняя юность (или старший

школьный период), который охватывает возраст от 15 до 17 лет, и на этом этапе акцент делается на учебно-профессиональной деятельности и интимно-личностном общении. Ведущей деятельностью он считал учебно-профессиональную деятельность, в результате которой у старшеклассников формируются познавательные и профессиональные интересы, способность строить жизненные планы и вырабатывать нравственные идеалы, самосознание [14, стр.154].

В юности перед человеком встает вопрос о выборе жизненного пути, о развитии своего сознания. Юноши и девушки, по мнению А.В. Семеновой, стремятся к идентификации с собой, со сверстниками того же пола, а также друг с другом. В период юности подросток сталкивается с вопросами о своем будущем и выборе профессии. Он начинает формировать внутреннюю позицию относительно себя (каким он является, кем хочет быть) и разрабатывать моральные и нравственные ценности, что влияет на его жизненную позицию. Происходит активное развитие когнитивных способностей, таких как абстрактное мышление и оперативная память. Центральное психическое новообразование – самоопределение. Подростки развивают индивидуальные познавательные особенности и приобретают новые социальные роли, что способствует развитию их собственной позиции и стиля жизни [34, стр.76].

Хоть российский психолог и педагог В.С. Мухина не выделяет старшего школьного возраста, период перехода из детства во взрослую жизнь, она определяет как юношество, где примерный возраст людей относящихся к этой категории от 17 до 20 лет. Этот период связан с возможностью выбора жизненного пути и развития собственного сознания, а также особой чувствительности к социальным проблемам и идеям. Молодые люди берут на себя ответственность за свою жизнь, развивают навыки самостоятельности и исследуют свою личную идентичность через эксперименты с различными образами и ролями. Учебная деятельность представляет собой важный элемент развития и самопознания в жизни в этом возрасте. В юности человек

сталкивается с выбором, связанным с образованием и профессиональной ориентацией [27, стр.140].

На развитие личности влияют множество факторов. Один из которых - половая принадлежность. Австралийский социолог Рейвин Коннелл, основываясь на десятках лет посвященных гендерным различиям, утверждает, что отличие между полами не существенно. Основываясь на представлениях мужского и женского тела, родители решают, как относиться к своим детям, воспринимать и воспитывать их. Поэтому, как общественное существо, которое формируется в процессе взаимодействия с окружающим миром, девушки носят каблуки, хотя они неудобные, а многие юноши страдают мышечной дисморфией [45, стр.60].

Самосознание и самооценки представителей старшего школьного возраста сильно зависят от стереотипных представлений образов мужчины и женщины в обществе. Для девушек и юношей особое значение имеет соответствие их тела и внешности стереотипному образу маскулинности и фемининности, который часто нереалистичен [18, стр.87]. Образ тела тесно связан с психологическим благополучием во время подростковом возрасте и может иметь вредные последствия, когда подросток недоволен своим телом.

Согласно ВЦИОМ (2020), женщины (67%) более склонны, чем мужчины (55%), приравнивать внешний вид к их успешности в жизни. Привлекательный внешний вид воспринимается женщинами как социально и личностно одобряемое качество, которое является средством достижения уважения и демонстрации своей успешности другим людям [23, стр.234]. Уверенность в себе в общем во многих обществах является чертой, согласующейся с мужской ролью, в то время как для девочек проявление уверенности в себе считается нарушением гендерных ролей.

Гендерные стереотипы влияют на эмоциональное выражение и психическое здоровье. В то время как дружба между девушками характеризуется большей близостью, самораскрытием, эмпатией, заботой и обсуждением проблем и страхов, мальчики обычно уделяют особое внимание

товарищеским отношениям, соревнованию, рискованным действиям, попыткам прямого контроля и сдерживанию чувств и близости. Выражение эмоций мальчиками или обращение за помощью обычно не одобряется, что приводит к увеличению частоты подавленных эмоций и проблем с психическим здоровьем. Девочки же могут сталкиваться с более высокими ожиданиями в отношении приоритета потребностей других, что может привести к пренебрежению собственным эмоциональным благополучием и повышенному риску тревоги и депрессии [43, стр.2].

В погоне за соответствием идеальным представлениям маскулинности (здоровый, крепкий и надежный), юноши демонстрируют такое поведение, которое отрицательно сказывается на их здоровье. Так в США в возрасте от пятнадцати до двадцати четырех лет на юношей приходится 75% смертей в связи с подверженностью «нормам мужественности» [31, стр.224]. Эмоции, которые долгое время подавляются, часто выходят наружу в качестве агрессии. Мужчина начинает вредить себе (прибегая к алкоголю, наркотикам) и окружающим. Иногда мужская агрессия перерастает в домашнее насилие.

Известно, что юноши в 3 раза чаще играют в жестокие игры. Чем более реалистична жестокая игра (такая как *call of duty* и *halo*), тем больше вероятность того, что у них будут более агрессивные мысли и поведение, поскольку их мозг становится десенсибилизированным, а их эмпатия снижается [50].

От девочек родители часто требуют быть тихой, доброй, всем нравиться, хорошо учиться в школе, делать все правильно с первого раза и не делать ошибок. В результате, девушки избегают рисков и пытаются всем угодить. Быть уступчивым — не лучшая стратегия в долгосрочной перспективе. Покладистые люди избегают конфликтов. Например они могут перерабатывать и не просить оплаты за дополнительные часы работы, ведь просить денег, когда вы только что получили предложение о работе, тоже значит идти на риск.

Из исследования гендерных идеалов маскулинности и фемининности 5 и 11 классов Пансиона Министерства Обороны РФ следует, что у пятиклассниц и

у старшеклассниц присутствуют как традиционные, так и современные гендерные нормы. Это исследование также подтверждает, что традиционные гендерные стереотипы все еще сильно присутствуют в сознании старших школьниц, что может влиять на их профессиональные выборы и социальные роли в будущем [15, стр.249].

Суммируя основные моменты, можно сказать, что большинство исследователей подходят к изучению и формированию личности в подростковом и юношеском возрасте с разных точек зрения, однако все они признают важность процессов формирования социальной идентичности, самоопределения и самосознания в этот период. Учебно-профессиональная деятельность выделяется как ведущая в старшем подростковом возрасте, а завершение старшего школьного возраста означает переход во взрослость.

### **1.3 Возможности группового консультирования как средство развития гендерного самосознания у старших школьников**

Групповое консультирование может быть ценным и эффективным подходом при корректировке гендерных представлений среди подростков. В данном параграфе будут рассмотрены возможности и преимущества, которые предлагает групповое консультирование в этом контексте. Для начала рассмотрим определение и специфику группового консультирования.

Групповое консультирование является одной из основных организационных форм психологического консультирования, вместе с индивидуальным и семейным психологическим консультированием.

Групповое психологическое консультирование определяют как:

1. разновидность психологического консультирования; форма консультативного и терапевтического воздействия, противостоящая индивидуальному психологическому консультированию [19, стр.6];

2. использование группового взаимодействия с целью облегчения самопонимания и индивидуальных изменений поведения [11, стр.280].

3. вид психологической помощи, целью которого является создание условия для актуализации психологических сил и нахождения новых возможностей выхода из трудной жизненной ситуации через использование социально-психологических ресурсов и эффектов группы.

Участники терапевтической группы принимают участие в консультации с целью решения конкретных проблем. Консультант фокусирует группу на разных людях и их проблемах, затем участники пытаются помочь друг другу под руководством консультанта. Примеры терапевтических групп включают: пациенты с диагнозом эмоционального расстройства, люди с расстройством пищевого поведения или какой-либо другой зависимостью, страдающие паническими атаками, подвергшиеся сексуальному насилию и др.

При выборе группового и индивидуального консультирования важно понимать, что иногда то или другое лучше, а иногда сочетание индивидуального и группового консультирования приносит наибольшую пользу. У группового консультирования есть много преимуществ, но групповое консультирование подходит не всем. Люди, которые не хотят или не готовы быть в группе, могут разрушить ее или пострадать, потому что групповое давление может заставить их предпринять какие-то действия или раскрыть себя до того, как они будут к этому готовы [47, стр.13].

Групповое консультирование способствует созданию благоприятной среды. Оно обеспечивает безопасное и поддерживающее пространство для подростков, где они могут поделиться своим опытом, проблемами и точками зрения, связанными с гендерными стереотипами. Пребывание в группе сверстников, у которых может быть схожий опыт, помогает людям чувствовать себя понятыми, признанными и менее одинокими в своей борьбе. В большинстве случаев групповое консультирование с подростками лучше, чем индивидуальное, потому что подростки часто более охотно разговаривают с другими подростками, чем со взрослыми [47, стр.18].

С точки зрения Дж.Кори, групповое консультирование для подростков представляет собой эффективный способ помощи в этом возрастном периоде,

когда многие подростки ощущают одиночество и сталкиваются с важными жизненными решениями. В подростковом возрасте происходят разные конфликты, включая борьбу между зависимостью и независимостью, поиск идентичности, потребность в самоутверждении и давление со стороны окружающих. Группа способствует открытому обсуждению ценностей и может помочь подросткам осознать необходимость изменения некоторых из них [19, стр.16].

Еще одним важным аспектом группового консультирования для подростков является возможность участия в процессе роста других участников. Подростки могут выражать себя, быть услышанными, а также помогать друг другу в поиске самопонимания и самопринятия. Этот метод предоставляет подросткам широкие возможности для развития и социализации.

В ходе групповой работы с подростками основное внимание уделяется разрешению конфликта между желанием независимости и потребностью в зависимости, что является характерной особенностью этого возраста. Этот конфликт связан с процессами индивидуации (становления уникальной личности) и отделения (отделения от родителей и семейной системы). В терапевтической группе подростки могут иногда обращаться к раннему периоду своего развития и исследовать свои отношения с важными людьми. Групповой терапевт может выступать как объект переноса, помогая подросткам разрешить неразрешенные конфликты из прошлого через проекцию своих чувств.

Групповой консультант несет ответственность перед группой, состоящей из подростков, за обеспечение сохранения конфиденциальности. Также важным является сотрудничество с родителями и опекунами. Консультант должен объяснять детям в доступной для них форме о сути, целях и ограничениях конфиденциальности [19, стр.77].

Консультирование с целью коррекции гендерных представлений и самосознания – это подход, который ориентирован на оказание клиентам содействия в гендерном самосознании и гендерных представлениях. В ходе группового консультирования, целью которого является коррекция гендерных

представлений и гендерного самосознания, эффективными методами представляются групповые обсуждения, и тренинг.

Человек стремится получить одобрение от своего окружения. В различных ситуациях это может проявляться в желании общаться, нужде в признании, принятии, одобрении, уважении, власти, ведь зависимость от других людей является биологической потребностью. Для детей это вопрос выживания, поэтому в процессе своего развития они стремятся к безопасности и пытаются проявлять те черты своей личности, которые вызывают одобрение значимых для них людей, и избегать того, что вызывает отрицательную реакцию [42]. С помощью группового консультирования подростки развивают позитивное чувство собственного достоинства и укрепляют свою самооценку. Оспаривая и переосмысливая гендерные представления, участники могут принять свое подлинное «я», свободное от ограничений стереотипов. Групповая поддержка и поощрение могут способствовать принятию себя и повышению уверенности в себе.

Другое преимущество группового консультирования состоит в поощрении открытого и честного диалога между участниками. Члены группы при взаимодействии друг с другом и самонаблюдении приходят к осознанию значимых аспектов своего социального поведения: своих сильных сторон, ограничений, ошибок в восприятии и непродуктивного поведения [42]. В ходе дискуссий старшие школьники могут исследовать и оспаривать свои собственные и чужие гендерные представления, убеждения и предубеждения. Участвуя в уважительных беседах, участники могут глубже понять пагубное влияние стереотипов и расширить свои взгляды.

Процесс группового консультирования способствует развитию уверенности и самовыражению старших школьников. Участники могут научиться эффективно коммуницировать свои мысли, чувства и границы, при этом уважая точку зрения других.

Групповое консультирование позволяет подросткам учиться друг у друга и делиться эффективными стратегиями преодоления гендерных стереотипов.



Участники могут обмениваться опытом и стратегиями, которые они сочли полезными для преодоления социальных ожиданий и сопротивления им. Эти общие знания и поддержка могут дать старшим подросткам возможность ориентироваться и преодолевать негативные последствия стереотипов.

В группе у подростков есть возможность услышать различные точки зрения, опыт участников. Взаимодействие в процессе группового психологического консультирования может способствовать развитию сочувствия и принятию новой точки зрения, позволяя людям лучше понимать уникальные проблемы, с которыми сталкиваются другие из-за гендерных стереотипов, что в конечном счете помогает разрушить барьеры и способствует взаимному уважению между членами группы.

Эффективность группового консультирования в коррекции гендерных представлений может варьироваться в зависимости от различных факторов, включая опыт психолога, групповую динамику и индивидуальные потребности.

## Выводы по Главе I

Почти каждый аспект культурного человеческого опыта неразрывно связан с половыми характеристиками. Это относится как к вопросам стиля одежды и социальных ролей, так и к способам выражения эмоций и выбору профессии. В то время как пол относится к физиологическим и анатомическим характеристикам людей, гендер включает в себя социальные ожидания, поведение и идентичность и др., связанные с тем, что значит быть мужчиной или женщиной. Это различие имеет решающее значение, поскольку оно подчеркивает, что социальные различия между мужчинами и женщинами определяются не только биологией, но и влиянием социальных факторов.

Гендерное самосознание представляет собой осознание и оценку проявлений маскулинности и фемининности в собственной личности, а также оценку соответствия этих проявлений общепринятым представлениям о том, что означает быть мужчиной или женщиной. Гендерное самосознание также связано с гендерной идентичностью, которая является ядром этого самосознания и представляет систему собственных внутренних убеждений о себе и своей принадлежности к определенному гендеру. Гендерное самосознание развивается в раннем детстве, когда дети узнают о своем собственном поле и стремятся соответствовать нормативным стереотипам. Гендерное самосознание включает образ себя, концепции, представления, стереотипы, идеалы, ценности, установки и роли, связанные с мужественностью и женственностью. Гендерные стереотипы, распространенные во многих культурах, приписывают определенные характеристики и поведение мужчинам и женщинам. В целом, понимание различий между полом и гендером и поощрение гендерного равенства являются важными шагами на пути к принятию разнообразных проявлений идентичности и разрушению социальных ожиданий и стереотипов.

Старший подростковый возраст является критическим этапом развития личности, становления самосознания, на котором старшие школьники

сталкиваются с вопросами, касающимися их способностей, склонностей и будущих путей. Такие факторы, как гендерные представления, образ тела и социальные ожидания, сильно влияют на самосознание и благополучие подростков.

Групповое консультирование является полезным подходом к решению проблемы гендерного восприятия среди подростков. Оно обеспечивает благоприятную среду, в которой подростки могут поделиться своим опытом и взглядами на гендерные стереотипы. Групповые обсуждения и обучение помогают бросить вызов и исправить эти представления. Открытый диалог внутри группы способствует эмпатии, пониманию и взаимному уважению. Участники могут учиться друг у друга, обмениваясь стратегиями преодоления стереотипов и сопротивления социальным ожиданиям. Групповое консультирование способствует уверенности, самовыражению и самоуважению, давая подросткам возможность принять свое подлинное «я». В целом, групповое консультирование является эффективным методом коррекции гендерных представлений и формирования у подростков позитивного представления о себе.

## **Глава 2. Организация опытно-экспериментальной работы, направленной на развитие гендерного самосознания в процессе группового психологического консультирования**

### **2.1. Методическая организация исследования и обсуждение результатов констатирующего эксперимента**

В ходе нашего исследования мы анализировали гендерное самосознание у старших школьников. Как было упомянуто в предыдущей главе, гендерное самосознание определяется характеристиками феминности и маскулинности, а также включает в себя компоненты, такие как образ «Я», гендерные стереотипы, ценности, представления о социальных ролях, статусах и идеалах, знание социокультурных норм поведения, гендерные установки и самооценку по гендерным параметрам.

Исследование проводилось на базе МБОУ СШ № 155 г. Красноярска. Нами было охвачено 46 старших школьников.

На основании анализа научной литературы мы выделили три критерия (когнитивный, аффективный, конативный) и уровни гендерного самосознания старших школьников.

В когнитивном компоненте гендерного самосознания личности объединяются и обобщаются образы феминности и маскулинности.

Аффективный компонент гендерного самосознания включает в себя эмоциональное отношение личности к себе как к человеку с определенными качествами феминности и маскулинности.

Конативный компонент гендерного самосознания анализирует реальное поведение и включает в себя роли, нормы, и другие аспекты. Маркерами феминного и маскулинного поведения служат различные характеристики, такие как активность, выбор одежды, использование косметики и другие поведенческие особенности.

Таблица 1. – Критерии для выявления уровня гендерного самосознания старших школьников

Критерий	Уровни гендерного самосознания старших школьников			Методики
	Высокий	Средний	Низкий	
Аффективный критерий	Самопринятие и удовлетворенность своей гендерной идентичностью.	Эмоциональная смешанность или некоторая неудовлетворенность своей гендерной идентичности.	Эмоциональная неудовлетворенность и диссонанс в отношении собственной гендерной идентичности.	Тест «Кто Я?» М. Куна, Т. Макпартленда, с модификацией инструкции и обработки Румянцевой Т.В.
Когнитивный критерий	Согласованные представления о себе в роли представителя определенного гендера.	Ограниченное понимание своих гендерных характеристик, либо их вытеснение.	Представления о себе как о несоответствующем гендерным представлениям общества.	Опросник Л.Н. Ожиговой «Я - женщина/мужчина»
Конативный критерий	Активное и осознанное стремление к выбору и выполнению своей гендерной роли.	Частичное стремление к выбору и выполнению своей гендерной роли.	Отсутствие стремления к выбору и выполнению гендерных ролей, возможно, равнодушие или даже отвержение таких ролей.	Полоролевой опросник С.Бем, BSRI

Для достижения наших исследовательских целей мы выбрали определенные методики, основанные на теоретическом анализе с учетом целей исследования. К ним относятся тест «Кто Я?» М. Куна, Т. Макпартленда, с модификацией инструкции и обработки Румянцевой Т.В., опросник Л.Н. Ожиговой «Я - женщина/мужчина» и полоролевой опросник С.Бем, BSRI.

Результаты исследования по тесту «Кто Я?» М. Куна, Т. Макпартленда, с модификацией инструкции и обработки Румянцевой Т.В.

В процессе количественного анализа были выявлены высокий, средний и низкий уровни аффективного критерия гендерного самосознания у старших школьников, при этом преобладающим оказался средний уровень, составляющий 59% от общего числа. Высокий уровень наблюдается на 30%, в то время как низкий уровень составляет 11%.

С помощью теста «Кто Я?» была определена и описана эффективная составляющая образа «Я», эмоциональное отношение респондента к самому себе, которое может быть нейтральным, положительным, отрицательным или включать чувство отчуждения. Другие характеристики позволяют судить о степени саморефлексии и самоидентификации, такие как количество характеристик и уровень затруднения при самоидентификации, что служит прекрасным инструментом для определения уровня гендерного самосознания старших школьников.

Изначально были выявлены виды самооенок идентичностей среди опрошенных, которые могут быть неадекватно-завышенными, неустойчивыми, адекватными или неадекватно заниженными. Адекватная самооценка отражает реалистичное отношение к своим качествам, самоуважение и позитивное восприятие себя, в то время как неадекватная самооценка может быть завышенной или заниженной, влияя на поведение и отношения с окружающими. Результаты подсчетов показали, что 78 % всех опрошенных (36 старших школьников) имеют завышенную самооценку, 20% (9 школьников) - адекватную и 2% (1 десятиклассник) - неадекватно-заниженную.

Очевидно, что большинство опрошенных (как юношей, так и девушек) имеют неадекватно завышенную самооценку, что может объясняться особенностями возраста. Такие люди ставят перед собой более амбициозные цели, которые не соответствуют их реальным возможностям, а также проявляют неспособность принимать ответственность за свои неудачи, характеризуются высокомерным отношением к окружающим, склонностью к конфликтам,

постоянным недовольством своими достижениями и эгоцентризмом. Если значительное количество юношей и девушек имеют неадекватно завышенную самооценку, это может привести к усилению стереотипных гендерных ролей и поведенческих ожиданий. Например, они могут чувствовать давление, чтобы соответствовать определенным стандартам мужественности или женственности.

Адекватная самооценка встречается у небольшого числа опрошенных, а неадекватно заниженная самооценка наблюдается только у одной девушки. Адекватная самооценка способствует самосозиданию и развитию личности. Люди с такой самооценкой могут более объективно видеть свои сильные и слабые стороны, что помогает им развиваться и достигать своего потенциала. Низкая же самооценка связана с различными психологическими проблемами, такими как депрессия, тревожность и низкое самоуважение, что может повлиять на их гендерное самосознание. Это может привести к ощущению, что они не соответствуют гендерным ожиданиям и нормам.

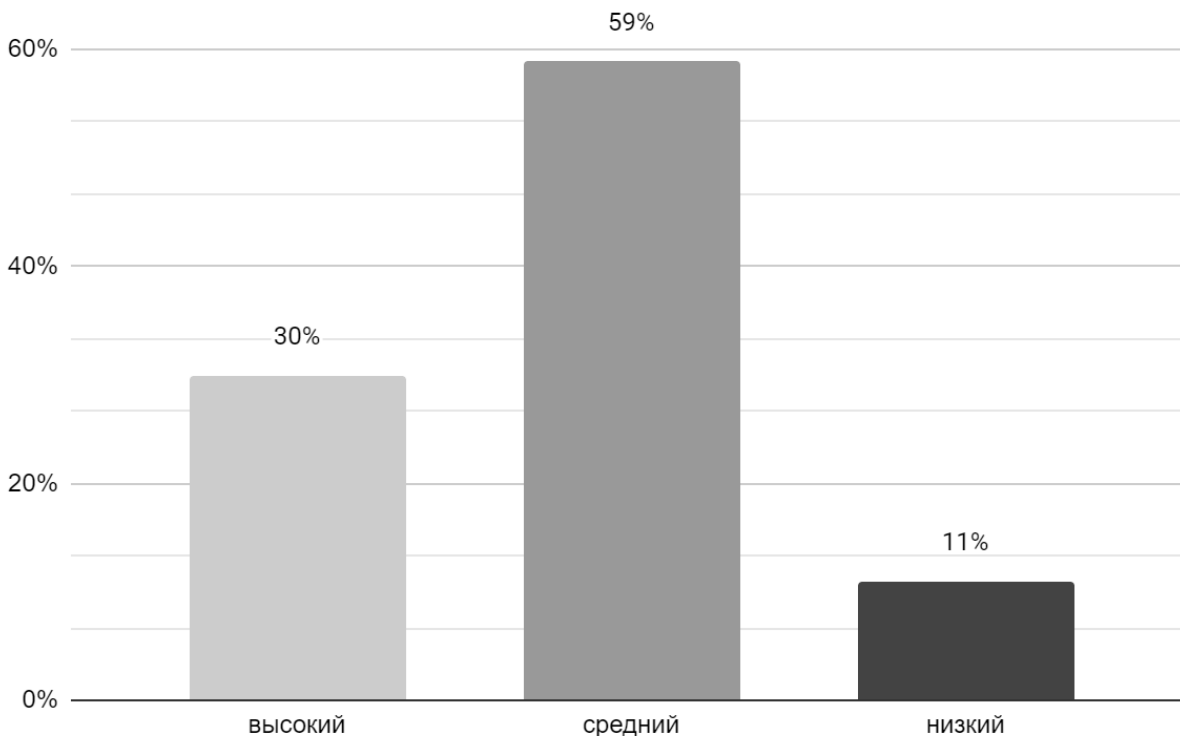


Рис. 1. Рис 1. Уровни отношений к гендерной идентичности по тесту «Кто Я?» М. Куна, Т. Макпартленда с модификацией Румянцевой Т.В. (распределение в %)

Результаты теста свидетельствуют о способе восприятия своей гендерной идентичности респондентами. Это восприятие проявляется в их способах обозначения своего пола, а именно в прямых, косвенных упоминаниях о нем или его полном отсутствии. Если испытуемый указывает свой пол явно и с эмоциональной окраской (нейтральное, отчужденное, положительное или отрицательное обозначение), то это сигнализирует о принятии и важности темы для человека. Косвенное обозначение пола, когда клиент не называет свой пол напрямую, но его половая идентичность проявляется через социальные роли или особенности речи, говорит об осведомленности полоролевого поведения. Если пол не указывается, это может свидетельствовать о различных факторах, таких как недостаток самоанализа, негативные ассоциации с полом или незавершенный процесс формирования половой идентичности.

Место пола в списке идентификационных характеристик имеет важное значение. Положение упоминания о поле в начале списка говорит о его важности в самосознании клиента. Упоминание в середине списка указывает на среднюю важность половой идентичности. Упоминание в конце списка может означать, что пол имеет меньшее значение.

Из представленной выше диаграммы видно, что только 14 человек (5 девушек и 9 юношей) напрямую указали свой пол, что свидетельствует о том, что психосексуальная сфера и сравнение с представителями своего пола важны и значимы для их самосознания. Этим старших школьников также объединяет то, что категории, связанные с полом, были упомянуты в начале их списков, наряду с высказываниями «Я человек» или «Я ученик». Все явные утверждения о поле были нейтральными, такими как «Я мужчина/ парень» или «Я девушка», что свидетельствует о том, они относятся к рефлексивному типу.

Из общего числа респондентов, у шести отсутствуют какие либо обозначения пола, что может быть связано с тем, что у них отсутствует



информация о половых ролях и поведении на данный момент из-за недостатка саморефлексии и знаний. Некоторые могут избегать рассмотрения своих половых особенностей из-за страха негативных эмоций, которые возникают при сравнении с другими. У остальных может быть несформированная половая идентичность и кризис идентичности в целом.

Большинство старших школьников, 12 девушек и 14 юношей, участвовавших в тесте, указывали свою половую принадлежность косвенным образом, используя окончания и социальные роли, например, «Я сын» или «Я ученица». Косвенное обозначение гендера подразделяется на две категории: широкое, которое включает более трех различных ролей, и узкое, охватывающее одну или две гендерные роли. Из 26 учащихся относящих себя к этой категории, 15 предпочли указать только одну или две роли, в то время как 12 участвовавших школьников указали широкий спектр полоролевых ролей. Важно отметить, что девочки чаще, чем мальчики, выбирают разнообразные роли, и соотношение широкого косвенного обозначения гендера у девушек и юношей составляет 1/3.

Уровень рефлексии, который можно проследить через оценку количества описаний, играет важную роль для будущей работы с гендерным самосознанием. Исходя из собранных нами данных по результатам теста «Кто Я?», 27 респондентов обладают высоким уровнем рефлексии, 16 - средним, и 3 учащихся имеют низкий уровень рефлексии.

При анализе результатов теста важным является рассмотрение соотношения между социальными ролями и индивидуальными характеристиками, так как это отражает баланс между осознанием собственной уникальности и важностью принадлежности к определенной социальной группе. В общей сложности, у 63% опрошенных было выявлено соотношение между социальной и личностной идентичностями. Это соотношение между социальной и личностной идентичностями может указывать на то, что большинство опрошенных чувствуют баланс между своей индивидуальной уникальностью и важностью принадлежности к определенным социальным

группам и ролям. Они могут чувствовать себя комфортно как в собственном выражении, так и в социальных контекстах. 28.2% описывали исключительно личностные характеристики, что может указывать на наличие сильной индивидуальности и трудности в соответствии с правилами, связанными с социальными ролями, что говорит о желании сохранить свою независимость и не подчиняться строгим социальным ожиданиям. Только у 8.7% респондентов отсутствовали индивидуальные характеристики при упоминании множества социальных ролей, что может свидетельствовать о недостаточной уверенности в себе, опасениях относительно самораскрытия и тенденции к самозащите.

Таким образом, помощью теста были всесторонне исследованы множество аспектов образа «Я», эмоциональное отношение личности к гендерной идентичности через образ «Я».

Результаты исследования по опроснику «Я - женщина/ мужчина» Л.Н.

Ожиговой

Когнитивный критерий был исследован по опроснику «Я - женщина/ мужчина» и позволил выявить уровень когнитивного критерия.

Исходя из полученных данных следует, что в уровнях когнитивного критерия преобладает высокий уровень, равный 52% опрошенных. Также было обнаружено, что 39% респондентов имеют средний уровень, а у 9% старшеклассников выражено представление о несоответствии своих представлений гендерным стереотипам на основе собственных суждений, что говорит о низком уровне когнитивного критерия гендерного самосознания. После заполнения девяти предложений тремя разными способами, старшеклассники оценивали, являются ли высказывания типичными для мужчин, женщин или нет по шкале от 0 до 2.

Анализируя представленные данные, можно сделать следующие выводы о том, что гендерное самосознание среди старших школьников, в отношении гендерных стереотипов, различается. У 2 девушек и у 2 юношей баллы составляют от 0 до 9, что указывает на то, что они характеризуют себя как несоответствующих гендерным стереотипам. Это может отражать различия в

индивидуальных представлениях о том, какими должны быть их характеристики и поведение согласно гендерным ожиданиям общества. У 8 девушек и 11 юношей баллы в диапазоне от 10 до 18, что может свидетельствовать об ограниченном понимании гендерных стереотипов и неопределенности гендерной идентичности.

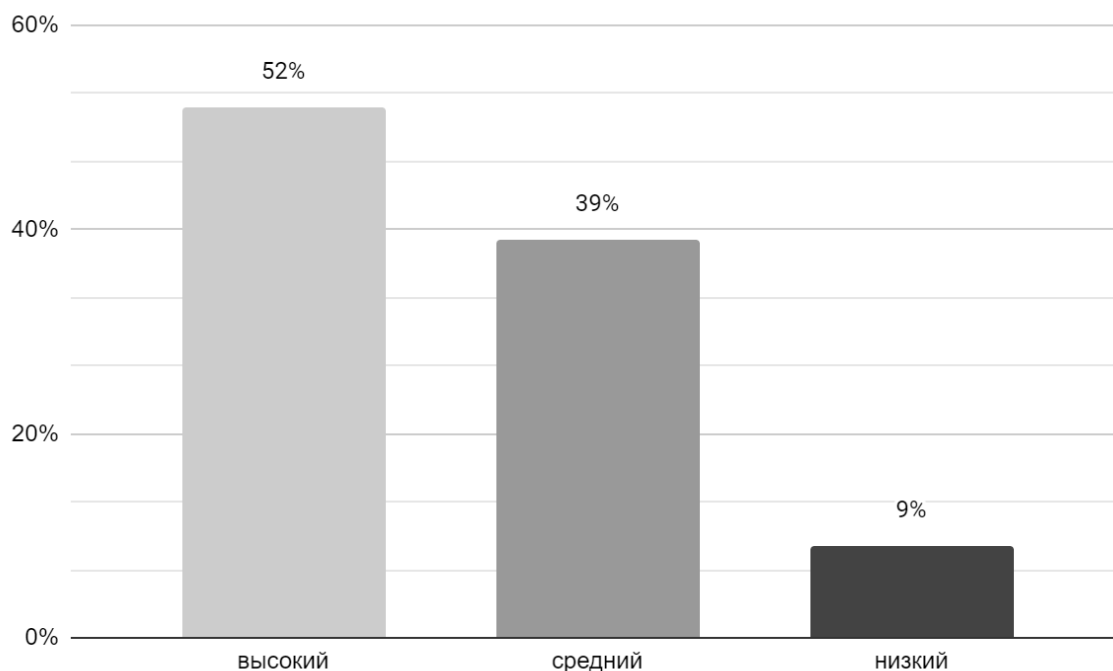


Рис 2. Уровни влияния гендерных стереотипов по опроснику Л.Н. Ожиговой «Я - женщина/мужчина» (распределение в %)

У 23 респондентов (включая 10 девушек и 11 юношей) наблюдаются баллы в диапазоне от 19 до 27, указывающие на то, что они оценивают себя как соответствующих гендерным стереотипам.

Результаты исследования по полоролевому опроснику Сандры Бем, BSRI

Исследование, проведенное с использованием полоролевого опросника С. Бем, включало в себя 46 учащихся 10 классов в возрасте от 16 до 17 лет. Опросник направленный на измерение степени маскулинности и феминности в индивидуальных чертах личности, позволяет нам изучить уровень выраженности гендерных характеристик у респондентов.

В оригинальном опроснике используется 7 градаций ответов на каждое из 60 утверждений, в то время как в адаптированной версии применяется

дихотомическая шкала с двумя возможными ответами «Да»/«Нет» на каждое утверждение. Согласно исследованию [20, стр.3], более чем 90% респондентов, использующих адаптированный опросник, испытывают затруднения в даче однозначных ответов. Более того, значение индекса в адаптированной версии является менее точным, поэтому испытуемым была предложена оригинальная версия.

Таблица 2. – Определение подгрупп респондентов по степени выраженности маскулинности и фемининности у старших школьников

	Маскулинны й	Феминный	Андрогинны й	Неидентифици рованный
Девушки	10,9%	2,1%	30,6%	0
Юноши	13%	0	41,3%	2,1%
Общее число респондентов	23,9%	2,1%	71,9%	2,1%

На основании результатов исследования, мы обнаружили, что только 23,9% представителей старшего школьного возраста обладают традиционным типом гендерной идентичности, который характеризуется высокой степенью маскулинности у мужчин и высокой степенью фемининности у женщин. При этом на юношей приходится 13% (6 человек), а на девушек - 2,1% (1 человек).

Ученики десятых классов с явными мужскими чертами характера описывали себя как независимых, склонных к риску, доминирующих, мужественных и сильных. Индекс мужественности среди юношей достигал 124 балла из возможных 140. Не многие отмечали агрессию как свою характеристику. Самый низкий уровень мужественности среди юношей составил 58, в то время как женственность достигала всего 40 баллов. Однако среди девушек самый низкий показатель был чуть ниже и составил 38 баллов. Высокие показатели женственности отмечались как у девушек, составив 114 баллов, так и у юношей, достигнув 108 баллов. Ученицы десятых классов с

высокими показателями феминности чаще всего описывали себя как нежных, заботливых, добрых и женственных личностей, которые любят детей.

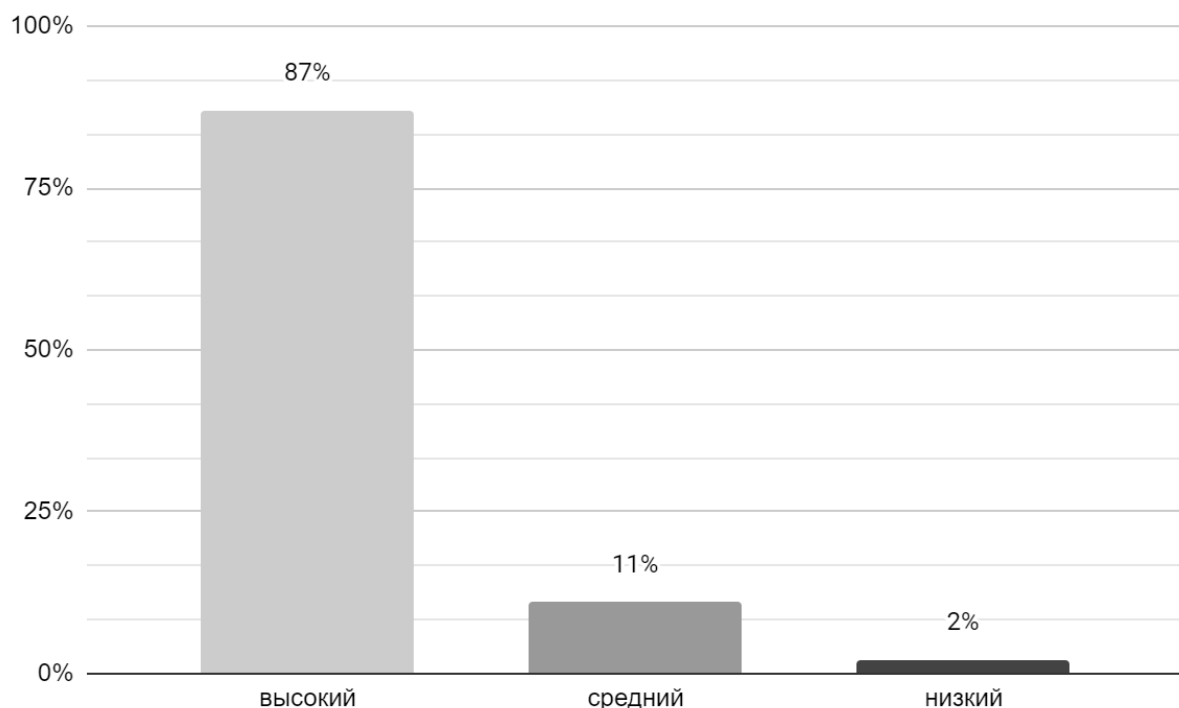


Рис 3. Уровни стремления к выполнению гендерных ролей по полоролевому опроснику С.Бем, BSRI (распределение в %)

В женской подгруппе девочек был выявлен маскулинный тип гендерной идентичности, на который приходится четверть (5 человек) всех опрошенных женского пола, что сигнализирует о том, что внутренне они могут чувствовать эмоциональное неудовлетворение своим гендером или переживать конфликт в вопросах половой роли.

Приблизительно 72% опрошенных, которых можно охарактеризовать как андрогинных, показали высокие результаты как на шкале маскулинности, так и на шкале феминности. Это свидетельствует о том, что эта подгруппа обладает высокой адаптивностью и гибкостью в их поведении, способность принимать и проявлять разнообразные аспекты маскулинности и феминности в зависимости от контекста и ситуации.

Тип гендерной идентичности, который можно определить как недифференцированный, характеризуется наличием негативных описаний

собственного образа «Я» и отсутствием четкого гендерного образа. Всего 2% участников опроса попадают в эту категорию.

Следовательно, можно заключить, что низкий уровень мужественности был выявлен у одного юноши, который был классифицирован как неидентифицированный.

Средний уровень гендерной идентичности, который мы обозначим как стремление 5 девушек к высокому использованию характеристик, традиционно связанных с их полом, что равняется 11% от всех опрошенных.

Все остальные участники исследования, их число составляет 40 (87%) человек, характеризуются высоким уровнем маскулинности и феминности, так как у них отмечены высокие значения. Одна девушка была отнесена к феминному типу, с высокими характеристиками феминности и низкими характеристиками маскулинности. 13% юношей отмечали высокий уровень проявления маскулинных характеристик.

Сопоставление данных из различных методик позволило нам определить общий уровень гендерного самосознания среди старших подростков.

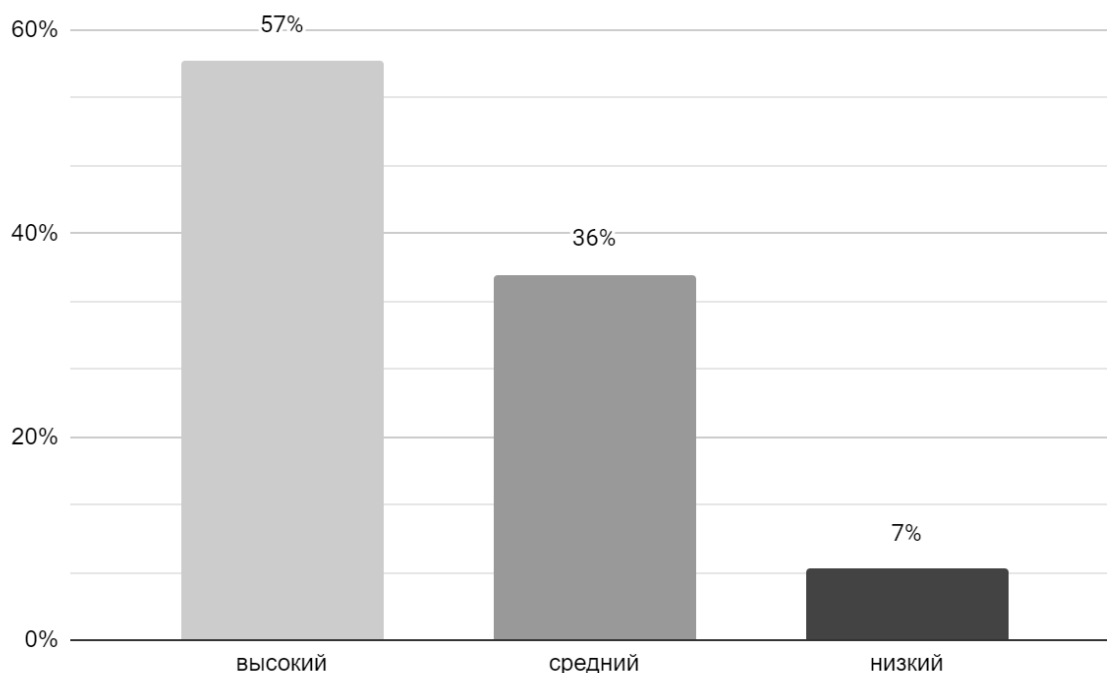


Рис 4. Частота встречаемости различных уровней гендерного самосознания старших школьников (распределение в %)

Согласно результатам экспериментального исследования, проведенного среди старших школьников, можно отметить следующее: 57% участников проявили высокий уровень гендерного самосознания, 36% были классифицированы как имеющие средний уровень гендерного самосознания, и только 7% участников, независимо от пола, были отнесены к категории с низким уровнем гендерного самосознания. Одновременно стоит отметить, что уровень гендерного самосознания оказался выше среди юношей на 12%.

Для старших подростков с низким уровнем гендерного самосознания характерны: отсутствие стремления выполнять определенные гендерные роли или даже отвержение таких ролей, при этом пол не учитывается при описании своей самоидентификации. Имеются убеждения о том, что собственные гендерные представления не подчиняются общепринятым гендерным стереотипам общества. Кроме того, у этих подростков наблюдается низкий уровень саморефлексии, что означает ограниченную способность анализировать и осознавать собственное отношение к своей гендерной идентичности.

Мы предполагаем, что это может быть связано с различными факторами, одним из которых является низкий уровень саморефлексии, который может быть связан с личными психологическими особенностями, с опытом, с недостаточной или завышенной самооценкой, что влияет на способность анализировать и осознавать свою гендерную идентичность. Завышенная самооценка, которая была отмечена у большинства опрошенных, может служить как механизмом защиты от негативных мыслей и чувств о себе, а также говорить о недостатке самокритичности.

Семья, школа, друзья и общество в целом могут оказывать давление на подростков в отношении соблюдения традиционных гендерных ролей и стереотипов, что может вызвать сопротивление и отрицание этих ролей. Более того, опыт старших школьников и взаимодействие с окружающей средой могут оказать влияние на их гендерное самосознание, особенно если они

сталкиваются с негативными реакциями или дискриминацией из-за своего выражения, которое не соответствует их гендерному самосознанию.

Для старших подростков со средним уровнем гендерного самосознания характерны: частичное стремление к выбору и исполнению собственных гендерных ролей, отсутствие высоких уровней феминности у девушек и маскулинности у юношей. Наблюдается эмоциональная смешанность и некоторая неуверенность в отношении своей гендерной идентичности. Отмечается отсутствие явного упоминания о гендере при самопредставлении, а также средний уровень саморефлексии и ограниченные гендерные роли.

Такие характеристика возможно имеют корреляцию с тем, что подростки находятся в процессе поиска своей собственной идентичности, включая гендерную идентичность. Они могут исследовать различные аспекты своей личности и гендерных ролей, что может привести к временной неопределенности. В этом возрасте старшие школьники начинают задавать себе вопросы о том, кем они являются и кто они хотят быть.

Средний уровень самосознания может отражать отсутствие крайних взглядов на гендер. Подростки могут видеть, что гендерные роли и выражение могут быть более гибкими и не ограничиваться только феминностью у девушек и маскулинностью у юношей. Отсутствие упоминания о гендере при самопредставлении может указывать на то, что для этих подростков гендер не является центральным аспектом их самоидентификации в данный момент.

Важно заметить, что подростки со средним или низким уровнем гендерного самосознания могут обладать ограниченными знаниями о гендерной идентичности и разнообразии гендерных выражений. Образовательные программы и доступ к информации о гендере могут повысить их гендерное самосознание.

Для старших подростков с высоким уровнем гендерного самосознания характерны: ощущение удовлетворенности своей гендерной идентичностью, а также наличие гармоничного баланса между собственными гендерными представлениями и теми, которые общественно приняты. Эти подростки



проявляют индивидуальность и, в большинстве случаев, демонстрируют андрогинный тип, что означает их способность адаптироваться к разнообразным ситуациям. Они характеризуются высоким уровнем рефлексии и прямо указывают на свои гендерные роли, что свидетельствует о высоком уровне гендерного самопонимания.

Старшие школьники, относящиеся к высокому уровню гендерного самосознания, могут чувствовать гармонию и удовлетворение относительно своей гендерной идентичности. Это может быть результатом осознания и принятия своих гендерных черт и идентичности. Эти подростки могут быть способными интегрировать свои собственные гендерные представления с общепринятыми стереотипами и ролями. Они могут чувствовать свободу в выражении своей индивидуальности в рамках общественных ожиданий. При явном указании на гендерные роли можно говорить о высоком уровне самопонимания и готовности выразить свою гендерную идентичность.

По результатам констатирующего эксперимента мы выявили следующее распределение уровней гендерного самосознания респондентов: у 57% старших школьников отмечается высокий уровень гендерного самосознания, у 36% - средний и у 7% принимавших участие в эксперименте - низкий. Совокупность среднего и низкого уровня, составившая 43% свидетельствует о важности программы развития гендерного самосознания.

На основе результатов констатирующего эксперимента можно сделать вывод о необходимости уделить внимание развитию позитивного отношения к собственной гендерной идентичности и рефлексии через просветительскую деятельность, работу с гендерными идеалами, а также развитие гендерных установок, способствующих достижению удовлетворения и согласованности восприятия собственной гендерной роли при планировании формирующего эксперимента.

## **2.2. Организация и проведение формирующего эксперимента**

Исходя из результатов констатирующего эксперимента, были выделены учащиеся старших классов, нуждающиеся в развитии гендерного самосознания.

Групповое консультирование предлагает множество пользы, особенно для старших школьников. Эта практика позволяет делиться опытом и переживаниями, находить поддержку у сверстников, развивать навыки межличностного общения и обогащать свое самосознание. Групповое консультирование в малой группе создает атмосферу солидарности и понимания, что может облегчить процесс развития гендерного самосознания, при этом предоставляя участникам ценные инструменты для решения своих внутренних и межличностных вопросов, для развития рефлексии.

Была разработана программа групповых консультаций с участием старших школьников по развитию гендерного самосознания.

Программа предусматривает использование разнообразных форм работы в процессе группового консультирования, таких как дискуссии, обучающие элементы, использование библиографии, беседы, психологические упражнения и различные техники.

На начальном этапе разработки программы были четко сформулированы ее цель и задачи.

Целью программы групповых консультаций является развитие гендерного самосознания старших школьников.

Задачи программы:

1. Провести просветительскую деятельность относительно концепции гендера.
2. Оптимизировать уровень гендерного самосознания, повысить способность осознавать, понимать и принимать свою гендерную идентичность.
3. Развить умения самоанализа и рефлексии учащихся старших классов в контексте их гендера.
4. Сформировать гендерные установки, способствующие достижению удовлетворения и согласованности восприятия собственных гендерных ролей.
5. Закрепить положительные изменения клиентов.

Один из ключевых этапов практической работы заключался в формировании экспериментальной группы. Все участники констатирующего эксперимента, за исключением тех, у кого был выявлен высокий уровень, были приглашены принять участие в групповых консультациях. В эту экспериментальную группу вошли как подростки, которым предложили присоединиться к консультациям из-за их низкого уровня гендерного самосознания, так и те, которые сами приняли решение вступить. В итоге в экспериментальную группу вошли 3 клиента с низким уровнем развития гендерного самосознания и 5 клиента со средним уровнем с тенденцией к низкому. Из общего количества учащихся, принимающих участие в консультациях было 3 юноши и 5 девушек.

Реализация программы охватывает три фазы:

1. Вводный (1 встреча).
2. Основной (5 встреч).
3. Заключительный (1 встреча).

1 этап. Вводный. Этот этап включает объяснение целей программы и ожиданий от участников. Он ориентирован на ознакомление с участниками, установление связи, определение общих и индивидуальных целей и создание доверительных отношений, введение в гендерную тему, а именно понимание основных аспектов гендера и различия между гендером и полом.

Приемы: самопрезентация участников (имя, прилагательное, характеристике выбранные участниками как важные и пол), беседа с элементами обучения о разнице между гендером и полом, характеристиках феминности и маскулинности, обсуждение результатов клиента по результатам констатирующего эксперимента, упражнение «Перевертыши».

2 этап. Основной. Направлен на развитие гендерного самосознания через его различные компоненты, такие как гендерные стереотипы, установки, представления о социальных ролях, идеалах, самооценку по гендерным параметрам. Важным в данной программе представляется повышение уровня

рефлексии. Следовательно были выбраны следующие техники, которые можно разделить на несколько блоков, представленных ниже.

1. Осознание личного гендерного образа и идентичности через презентацию личного гендерного образа, упражнение «Перевертыши», технику «гендерная автобиография».
2. Рассмотрение гендерных ролей в обществе осуществляется посредством групповой дискуссии «Настоящий мужчина, настоящая женщина», техники «Символы и ассоциации», игры «Диалог культур».
3. Анализ профессиональных гендерных ролей происходил через упражнение «Карта качеств и недостатков», ведение дневника, групповую дискуссию «Стереотипы профессиональных ролей» и технику «Гендерный анализ ролей в игре».
4. Развитие личностных качеств и самоанализ включал упражнения «Личностные качества», групповое чтение и обсуждение литературных произведений, упражнение «Моя гендерная карта».

3 этап. Заключительный. Заключительный этап программы направлен на закрепление полученных результатов, подведение итогов и создание плана действий для дальнейшего развития гендерного самосознания. В этот этап включено упражнение «Моя гендерная карта».

Этот этап направлен на создание ощущения завершения и вдохновения для дальнейшего развития гендерного самосознания участников.

Далее в ходе нашей работы мы приступили к осуществлению программы групповых консультаций для старших школьников.

Таблица 3 - Тематический план консультаций

№п/п	Тема	Цель	Техники
------	------	------	---------

1	Вводное занятие	Знакомство с группой, принятие правил группы, целеполагание.  Информирование о гендерном самосознании.	Презентация личного гендерного образа  Техника «Перевертыши»
2	Гендерное самосознание	Помочь участникам осознать свою собственную гендерную идентичность.  Осознать собственные гендерные идеалы.  Развить более позитивный образ себя.	Техника «Гендерная автобиография»  Групповая дискуссия «Настоящий» мужчина, «настоящая» женщина  Ведение дневника
3	Гендерные роли и общество	Рассмотреть собственное место и роли в обществе через призму гендерного самосознания.  Оптимизировать баланс между личными гендерными представлениями и социальными ожиданиями.	Техника «Диалог культур»
4	Развитие навыков самоанализа	Содействовать развитию умений самоанализа и рефлексии в контексте гендерного самосознания.	Техника «Карта качеств и недостатков»  Техника «Символы и ассоциации»
5	Профессиональные гендерные роли	Рассмотреть гендерные стереотипы и предубеждения.	Групповая дискуссия «стереотипы профессиональных ролей» Техника «Гендерный анализ ролей в игре»
6	Гендерные установки	Повысить гендерную самооценку.	Групповое чтение и обсуждение литературных произведений
7	Заключите	Закрепить полученные	Техника «Моя гендерная

	льная консультац ия	результаты. Подвести итоги программы. Создать план действий для дальнейшего развития гендерного самосознания.	карта»
--	---------------------------	---	--------

На этапе вводной встречи многие клиенты выразили свои сомнения относительно целей и ожиданий программы. Они задавали вопросы о том, что такое гендер и как это связано с их жизнью. Для детей старшего школьного возраста было важным понимать, как разработанная программа послужит им и чему они научатся. Было заметно легкое беспокойство, которое сменилось интересом и желанием узнать больше к концу первой встречи. Важной составляющей вводной консультации было разграничение понятий «пол» и «гендер» и небольшой дискурс в гендерное самосознание.

Для мотивации участников группового консультирования мы использовали упражнение «перевертыши», которое привело участников к идее о том, что большинство «типично мужских» и «типично женских» качеств являются относительными, и что люди разного пола могут обладать разнообразными качествами. Один клиент выразил мнение, что одни и те же качества могут осуждаться более или менее в зависимости от того, к какому гендеру принадлежит человек, что привело группу к выводу о том, что гендерное самосознание оказывает значительное влияние на межличностные взаимодействия.

Основной этап программы предполагал работу с гендерным самосознанием каждого участника групповой консультации и анализ стереотипов и ролей, которые им приходилось выполнять. Постепенно клиенты начали осознавать, какие стереотипы о гендере оказывают влияние на их жизнь, что иногда приводило к возникновению чувства недооцененности и обид, которые частично были обсуждены и проработаны с помощью указаний консультанта.

Техника «Гендерная автобиография», использованная на второй консультации, показала хорошие результаты, несмотря на трудности с воспоминаниями. Клиенты анализировали свой личный опыт и историю с учетом гендера и удивились тому, как они сформировали свое представление о себе с гендерной точки зрения. Они также обратили внимание на то, как некоторые события повлияли на их гендерные убеждения. Например, одна клиентка проанализировала реакцию своих родителей к ней и ее старшему брату на одни и те же проступки и интересы, и пришла к выводу о том, как это могло повлиять на формирование у них противоположных гендерных характеристик.

В процессе групповой дискуссии «настоящий» мужчина, «настоящая» женщина, группа пришла к выводу о том, что соответствовать идеалам, которые они создали, практически невозможно. Кроме того, они заметили, что никто не встречал людей, которые соответствуют этим идеалам. Благодаря выделению особого внимания созданию благоприятной обстановки в группе, например, через вводные беседы, многие дискуссии, включая дискуссию о «настоящий» мужчина, «настоящая» женщина, способствовали снятию внутреннего напряжения, более полному принятию себя и других.

Поскольку разработанная программа была частично нацелена на развитие рефлексии, важно было отслеживать ее динамику среди участников консультаций. Для этой цели после каждой консультации было предписано выполнение одного и того же домашнего задания: ведение дневника на тему гендерного самосознания. Некоторые участники отмечали, что они полюбили это упражнение, поскольку оно помогло им лучше понимать самих себя и свои собственные убеждения. Однако два клиента испытывали трудности при написании более чем двух предложений, поэтому в последующих домашних заданиях учащиеся десятых классов должны были ответить на определенные вопросы.

Групповое чтение и обсуждение выбранного литературного произведения, связанного с гендером, стимулировали оживленные дискуссии среди участников.

Не все техники оказались эффективными. Например, при использовании техники "символы и ассоциации" некоторые клиенты испытывали затруднения в создании ассоциаций и неохотно делились своими рисунками.

Одной из наиболее запоминающихся методик для клиентов была игра «диалог культур», которая включала работу в группах, творческие задания, использующие креативность и коммуникативные навыки. Эта методика была не только увлекательной, но также помогла клиентам наблюдать воздействие маскулинных и феминных черт на взаимодействие мужчин и женщин, и на социальные роли. Путем ведения переговоров, они имели возможность согласовать свои личные гендерные представления с социальными ожиданиями и добиться гармонии между ними.

На последних консультациях стало заметно, что участники стали более открытыми и активными в процессе работы. Экспериментальная группа, состоящая из 4 юношей и 4 девушек, способствовала не только укреплению представлений о собственном гендере, но и о гендере других участников через рассказы о их личном опыте и трудностях. Можно было предположить, что группа разделится на неформальные подгруппы в зависимости от их гендера, однако такого не было отмечено, возможно из-за того, что 3 девушек обладали высоким уровнем маскулинности.

Заключительный этап позволил клиентам создать план для дальнейшего развития своего гендерного самосознания. Клиенты начали принимать свои решения с большей уверенностью и автономией, основанными на процессе развития гендерного самосознания. На этом этапе большинство клиентов испытывали чувство удовлетворения от того, что они лучше понимают свою гендерную идентичность и могут сделать более осознанные выборы.

В процессе проведения группового консультирования со старшими школьниками, консультанту оказались важными различные навыки. Важно



было умение создавать доверительные отношения, что способствовало комфортному общению и откровенным разговорам в группе. Консультанту также требовались навыки фасилитации групповых дискуссий, эффективного управления временем и поддержания атмосферы открытости и уважения.

Из обратной связи клиентов следует, что консультирование старших школьников по развитию гендерного самосознания было полезным и довольно интересным.

Анализ результатов нашей работы будет представлен в следующем параграфе.

### **2.3. Анализ результатов формирующего эксперимента и их обсуждение**

В этом параграфе представлены результаты исследования, проведенного после формирующего эксперимента. В процессе второго этапа работы с учащимися старших классов контрольной группы были применены те же методы, что и на первом этапе. К ним относятся: Тест «Кто Я?» М. Куна, Т. Макпартленда с модификацией инструкции и обработкой Румянцевой Т.В., Опросник Л.Н. Ожиговой «Я - женщина/мужчина», Полоролевой опросник С.Бема, BSRI.

Результаты исследования по тесту «Кто Я?» М. Куна, Т. Макпартленда, с модификацией инструкции и обработки Румянцевой Т.В.

Произведем сопоставление уровня выраженности эмоционального отношения респондентов к гендерному самосознанию до и после проведения эксперимента.

Для анализа уровней отношений к гендерному самосознанию у восьми клиентов, было учтено прямое, косвенное обозначение пола или его отсутствие, а также эмоциональную окраску, которую клиент приписывал гендерным ролям. Большинство клиентов (1, 2, 5, 7, 8) имели низкий уровень эмоционального отношения гендерного самосознания перед реализацией программы, что может указывать на несформированность половой

идентичности или невыраженность этой темы в их самосознании. Клиенты 3, 4 и 6 продемонстрировали средний уровень, что свидетельствовало о наличии гендерных ролей в их поведении.

Выявлено проявление отношений к гендеру и гендерным ролям в поведении исследуемых. После завершения программы по формированию гендерного самосознания отмечено положительное изменение показателей в этом аспекте. В начальной стадии эксперимента высокий уровень гендерного самосознания был зафиксирован у 0% участников экспериментальной группы, тогда как после проведения обучающей программы этот показатель вырос до 50% от общего числа опрошенных. У одного из участников групповых консультаций, предварительно характеризующегося низким уровнем, а также у троих участников, ранее имевших средний уровень, выявлен повышенный уровень, поскольку их гендер был прямо указан в начале списка. Следует отметить, что описания этих участников стали более эмоционально окрашенными по сравнению с нейтральными формами обозначения, преобладающими у всех участников до внедрения данной программы.

Средний уровень, который составлял 37,5%, что эквивалентно трем участникам, увеличился до 50% (четыре старших школьника) за счет изменений у четырех школьников. Они, вместо отсутствия обозначения пола, косвенно выразили свой уровень гендерного самосознания через окончания или социальные роли.

По отношению к аффективному критерию гендерного самосознания, на начальном этапе пятеро участников (62,5%) показывали низкий уровень. Однако после реализации программы ни один из клиентов не проявил низкого уровня отношения к своему гендеру. Это может свидетельствовать о повышенной актуальности гендерного самосознания для данной группы клиентов.

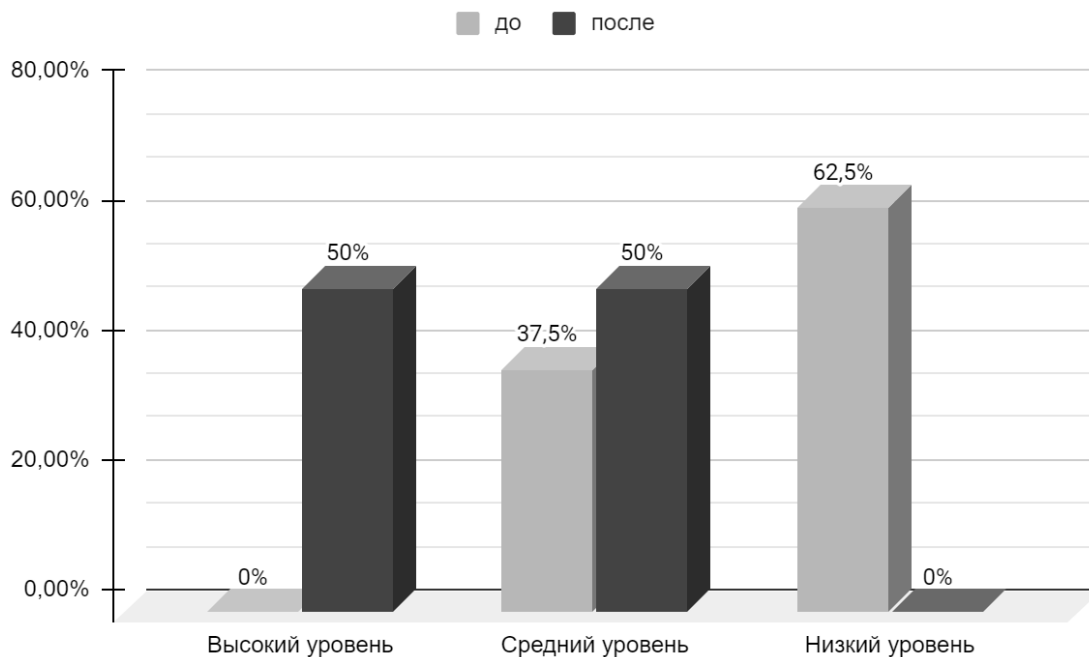


Рис. 5. – Распределение динамики уровней эмоционального отношения к собственному гендеру до и после реализации программы, в %

Эти преобразования с высокой степенью вероятности обусловлены применением нескольких методик, включенных в программу, таких как «Карта качеств и недостатков», «Символы и ассоциации», «Моя гендерная карта» и ведение дневника. Посредством этих методик, клиенты актуализировали собственные гендерные образы, рассуждали над тем, что для них важно, к каким характеристикам они относятся негативно, к каким позитивно и почему.

Реализованная программа оказала положительное воздействие на уровни аффективного критерия гендерного самосознания старших школьников, приведя к улучшению их рефлексии и более эмоционально-положительному гендерному образу.

Результаты исследования по опроснику Л.Н. Ожиговой «Я - женщина/мужчина»

В представленной ниже таблице отражены уровни когнитивного критерия, связанные с полученными данными. Наблюдается уменьшение низкого уровня на 25%, что приводит к снижению его доли до 12,5%. Это изменение соотносится с 25% клиентов, прошедших программу. Отмечается, что у клиентов проявляется тенденция к более гибкому представлению о

соответствии их гендерных представлений стереотипам, что свидетельствует об их более широком восприятии гендерных ролей.

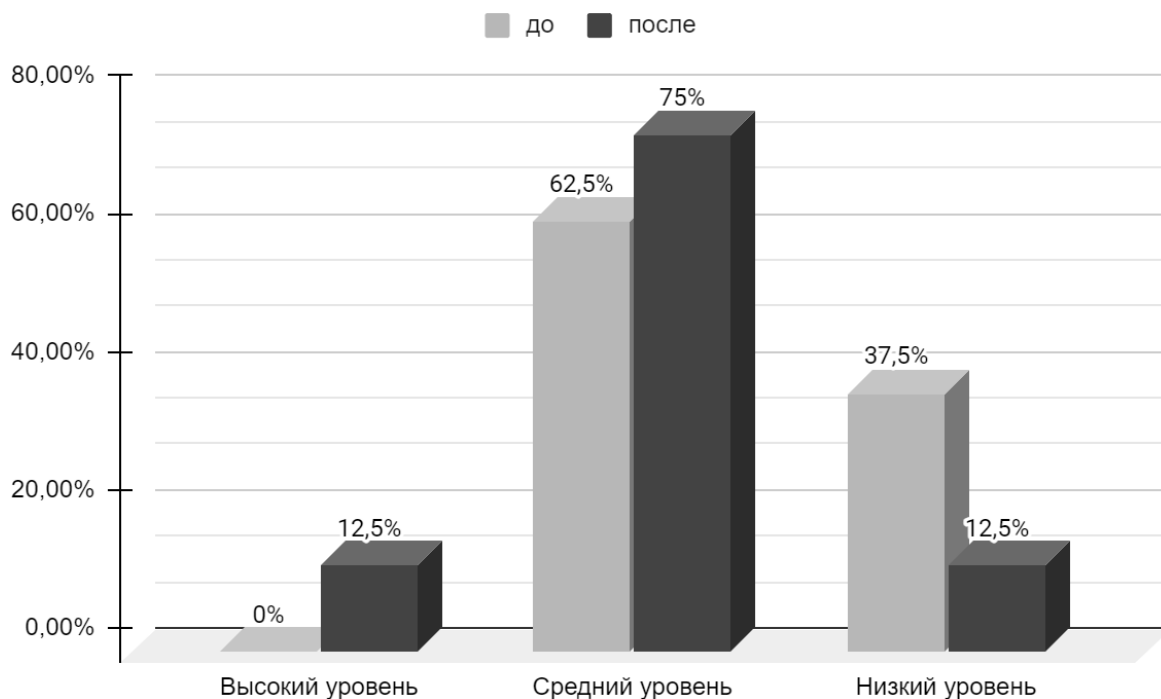


Рис. 6. – Распределение динамики уровней когнитивного критерия гендерного самосознания до и после реализации программы, в %

Средний уровень в данном критерии возрастает на 12,5%, что обусловлено развитием гендерного самосознания у клиентов с предварительно низким уровнем. Этот рост сигнализирует о позитивном воздействии программы на восприятие гендерных стереотипов и представлений о собственных гендерных ролях вопросов у этой группы клиентов.

Высокий уровень, в свою очередь, также увеличивается на 12,5%, что связано с повышением уровня гендерного самосознания у старших школьников, которые изначально имели средний уровень. Этот результат указывает на эффективность программы в повышении гендерной осведомленности и улучшении когнитивного восприятия клиентами, который был достигнут через применение различных техник при реализации разработанной программы, таких как «Гендерный анализ ролей в игре», игра «Диалог культур», чтение и обсуждение литературного произведения, а также групповая дискуссия

«Настоящий» мужчина, «настоящая» женщина и обсуждение «стереотипов профессиональных ролей».

Литературные произведения предоставили старшеклассникам возможность анализа различных гендерных опытов персонажей. Обсуждение литературы могло поддержать критическое мышление и способствовать более глубокому пониманию собственных гендерных убеждений. Посредством применения упомянутых методов старшеклассники размышляли о том, как идеалы соотносятся с их собственными представлениями о гендере, обменивались взглядами и опытом относительно стереотипов и ожиданий в контексте их гендерных ролей, вероятно, повышая и упорядочивая представления о себе в роли представителя определенного гендера.

Результаты исследования по полоролевому опроснику С.Бем, BSRI

После реализации программы и проведения исследования, направленного на измерение степени маскулинности и феминности в индивидуальных чертах личности старших школьников, была выявлена динамика конативного критерия гендерного самосознания.

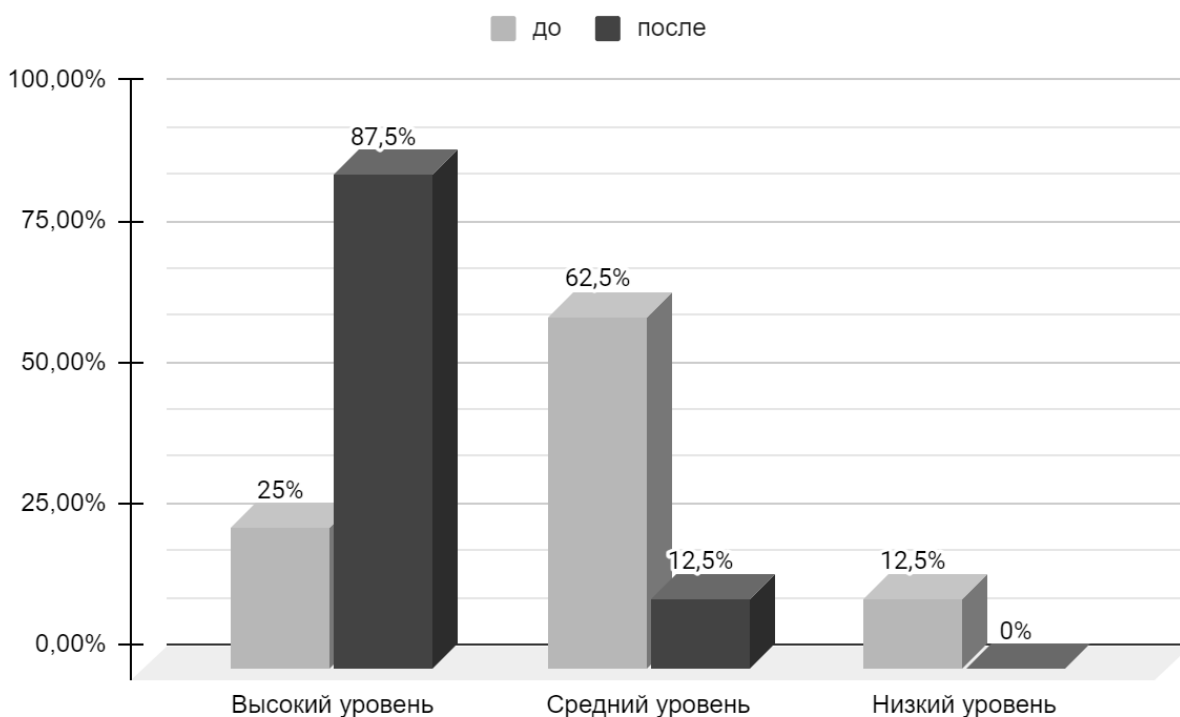


Рис. 7. – Распределение динамики уровней когнитивного критерия гендерного самосознания до и после реализации программы, в %

Анализ результатов, отраженный в рис. 7, показал отсутствие у опрошенных клиентов низкого уровня маскулинности или феминности. Один из юношей, ранее отнесенный к группе с низкой выраженностью маскулинных и феминных черт, продемонстрировал повышенный уровень феминности, не изменяя уровня маскулинности, что позволяет отнести его к категории средней выраженности.

Средний уровень когнитивного критерия составил 12,5%, что характеризуется частичным стремлением к выбору и реализации гендерной роли. Большинство опрошенных проявили высокий уровень когнитивного критерия, составивший 87,5% по сравнению с предыдущим показателем в 25%. Этот значительный скачок был отмечен у клиентов, ранее относившихся к среднему уровню.

Примечательным является повышение уровня феминности у десятиклассниц с явными мужскими чертами характера. Они, сохраняя уровень маскулинности, увеличили уровень женственности с 38 баллов до 76 из возможных 140. Две девушки, сохраняя тенденцию к среднему уровню, тем не менее, отнесли к высокому, что свидетельствует о их активном и осознанном стремлении к определению и реализации гендерной роли в соответствии с гендерной идентичностью.

Изменения в данной критерии могут проявляться в результате применения таких методик, включенных в программу, как «Гендерная автобиография», «Моя гендерная карта», ведение дневника и «Перевертыши». В рамках методики «Перевертыши» клиенты переосмысливают свое отношение к традиционно приписываемым мужчинам или женщинам характеристикам. Этот процесс может смягчить негативное отношение к определенным чертам и способствовать изменению соответствующего поведения. Такие приемы в рамках программы могут оказать положительное воздействие на формирование

гендерной роли, восприятие индивидом своей гендерной идентичности и способствовать модификации поведенческих паттернов.

В процессе личной рефлексии через ведение дневника клиенты имеют возможность выражать свои мысли и чувства, что способствует более глубокому пониманию собственного гендерного поведения. После участия в групповом консультировании, клиенты, используя усвоенные методики, могут разрабатывать и внедрять новые гендерные стратегии, что в итоге способствует более осознанному и здоровому гендерному поведению в их повседневной жизни.

На основании результатов проведенного формирующего эксперимента было выявлено распределение уровней развития гендерного самосознания среди респондентов. Из графика (см. Рисунок 8) следует, что до участия в групповом консультировании 37,5% испытывали низкий уровень гендерного самосознания, в то время как после групповых консультаций данный показатель снизился до 0%. Это свидетельствует о том, что в ходе реализации программы нам удалось скорректировать эмоциональную неудовлетворенность гендерной идентичностью респондентов, расширять их представления о себе, способствовать более осознанному восприятию собственных гендерных характеристик, а также стимулировать более осознанное стремление к выбору и исполнению определенных гендерных роли. В результате таких воздействий также наблюдалось развитие уровня рефлексии у участников.

По результатам участия в программе, среди респондентов установлено, что средний уровень гендерного самосознания составил 50%. Этот уровень характеризуется эмоциональной смешанностью или определенной неудовлетворенностью собственной гендерной идентичностью, ограниченным пониманием собственных гендерных характеристик и лишь частичным стремлением к выбору и исполнению своей гендерной роли.

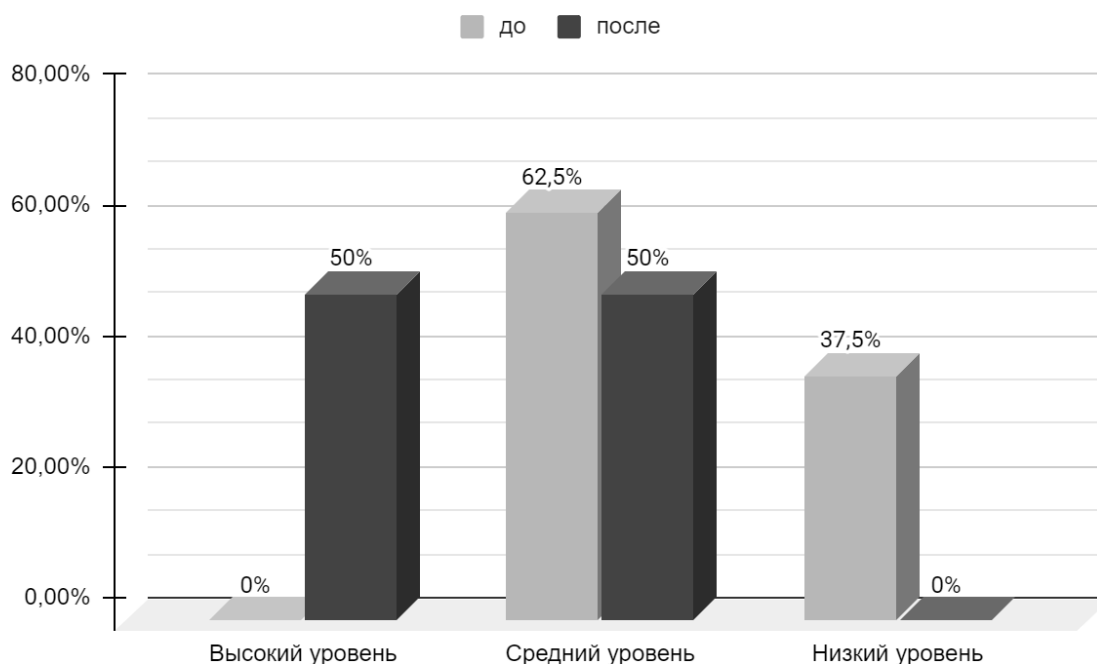


Рис. 8. – Частота встречаемости различных уровней развития гендерного самосознания старших школьников до и после проведения эксперимента, в %

Среди респондентов, обладающих высоким уровнем личностного самоопределения, также отмечено значение в 50%. Этот уровень характеризуется положительными аспектами, такими как самопринятие и удовлетворенность собственной гендерной идентичностью, согласованными представлениями о себе в роли представителя определенного гендера, а также активным и осознанным стремлением к выбору и исполнению своей гендерной роли.

Таблица 4. – Динамика уровней гендерного самосознания у старших школьников до и после участия в программе.

	До	После
1 клиент	Низкий уровень	Средний уровень
2 клиент	Средний уровень	Средний уровень
3 клиент	Средний уровень	Высокий уровень
4 клиент	Средний уровень	Высокий уровень
5 клиент	Низкий уровень	Средний уровень



6 клиент	Средний уровень	Высокий уровень
7 клиент	Средний уровень	Высокий уровень
8 клиент	Низкий уровень	Средний уровень

Изменения в уровнях гендерного самосознания старших школьников, представленные в Таблице 5, указывают на отсутствие негативной динамики. Три участника групповых консультаций, представленные двумя девушками и одним юношей, начавшие программу с исходно низкого уровня гендерного самосознания, продемонстрировали повышение его до среднего уровня в процессе реализации программы. Среди пятерых респондентов с изначально средним уровнем развития гендерного самосознания наблюдалось его увеличение до высокого уровня.

## Выводы по Главе II

Результаты проведенного исследования позволяют сделать следующие выводы:

1. Во второй главе исследования были представлены критерии и уровни гендерного самосознания – аффективный, когнитивный и конативный, а также изложены методики, примененные для изучения каждого из этих критериев. Затем было проведено констатирующее исследование личностного самоопределения подростков, в котором приняли участие 46 старшеклассников в возрасте от 16 до 17 лет.

2. На основе анализа констатирующего исследования и применения определенных критериев и уровней гендерного самосознания, можно выделить три группы старшеклассников с различным уровнем развития гендерного самосознания.

Для старших школьников с низким уровнем гендерного самосознания, на которых приходится 7% всех опрошенных, характерны отсутствие стремления к выполнению определенных гендерных ролей, отрицание таких ролей, а также отсутствие учёта пола при описании своей идентичности. Наблюдается убеждение в том, что собственные гендерные представления не соответствуют общепринятым гендерным стереотипам. Подростки с низким уровнем гендерного самосознания могут испытывать низкий уровень саморефлексии, что ограничивает их способность анализировать и осознавать свое отношение к гендерной идентичности.

Для старших школьников со средним уровнем (36% респондентов) гендерного самосознания характерны частичное стремление к выбору и исполнению гендерных ролей, отсутствие высоких уровней фемининности у девушек и маскулинности у юношей. Присутствует эмоциональная смешанность и неуверенность в отношении своей гендерной идентичности. Отсутствие упоминания о гендере при самопредставлении и средний уровень саморефлексии указывают на то, что гендер не является центральным аспектом образа «Я».

Для старших школьников с высоким уровнем гендерного (57% опрошенных) самосознания характерны ощущение удовлетворенности своей гендерной идентичностью, гармоничный баланс между собственными гендерными представлениями и общественно принятыми стереотипами. Эти подростки проявляют индивидуальность, а в большинстве случаев, демонстрируют андрогинный тип, что свидетельствует об их способности адаптироваться к разнообразным ситуациям. Высокий уровень рефлексии и прямое указание на свои гендерные роли говорят о высоком уровне самопонимания и готовности выражать свою гендерную идентичность.

3. Следующим этапом исследования была разработка и реализация программы групповых консультаций, целью которых было содействие в развитии гендерного самосознания, стимулирование рефлексии и углубление гендерных представлений. В ходе проведения консультаций, среди прочих методов, была использована библиотерапия, направленная на улучшение осознания и анализа индивидуальных чувств и мыслей по вопросам гендера через обсуждение литературных персонажей. Этот подход способствовал не только более глубокому пониманию разнообразных гендерных опытов, но и стимулировал процесс рефлексии среди участников.

4. Результаты анализа данных, полученных в рамках формирующего эксперимента, свидетельствуют о заметных изменениях у участников экспериментальной группы. По аффективному критерию отмечено, что 50% участников достигли высокого уровня, в то время как низкий уровень составил 0%. В контексте когнитивного критерия, динамика проявила снижение уровня низкой оценки с 37,5% до 12,5%, сопровождаемое увеличением высокого уровня до 12,5%. По конативному критерию, высокий уровень увеличился до 87,5%, в то время как уровень низкого уровня сократился с 12,5% до 0%.

5. Развитие гендерного самосознания старших школьников после проведения формирующего эксперимента распределено равномерно между средним и высоким уровнями. Среди респондентов высокий уровень гендерного самосознания составляет 50%, отличается не только гармоничным

балансом между собственными гендерными убеждениями и общественными стереотипами, но и выраженной индивидуальностью в контексте андрогинного типа.

Средний уровень гендерного самосознания наблюдается у также 50% респондентов, характеризуется частичным стремлением к гендерным ролям, эмоциональной смешанностью и неуверенностью в отношении собственной гендерной идентичности.

6. На основе статистического анализа показателей уровня гендерного самосознания в экспериментальной группе до и после формирующего эксперимента, можно утверждать с 95% вероятностью, что интенсивность сдвигов в типичном направлении превышает интенсивность сдвигов в нетипичном направлении.

7. Полученные результаты свидетельствуют о эффективности внедренной программы групповых консультаций в повышении уровня гендерного самосознания старших школьников, что подтверждает выдвинутую гипотезу исследования.

## Заключение

Гендерное самосознание в старшем школьном возрасте обладает высокой степенью значимости, поскольку оно представляет собой неотъемлемую составляющую самосознания, включающую в себя нравственные ориентиры, интересы, ценности и мотивы поведения. В данном периоде развития происходят существенные изменения в самосознании, что подчеркивает необходимость активной поддержки старших школьников в развитии гендерного самосознания. Этот аспект оказывает воздействие на различные сферы жизни индивида, включая межличностное общение и выбор профессионального пути, что приобретает особое значение в данном периоде становления личности.

Кроме того, групповое консультирование в старших классах способствует формированию благоприятной среды, при обеспечении безопасного и поддерживающего пространства для школьников, где они могут обмениваться своим опытом, проблемами и точками зрения, связанными с фемининностью и маскулинностью.

В настоящей диссертации рассмотрена специфика группового консультирования старших школьников в качестве средства психологической поддержки для развития их гендерного самосознания. На первом этапе исследования был проведен обзор и анализ научной литературы по теме, а также уточнены тема, задачи и гипотеза исследования. Основываясь на анализе научной литературы, связанной с предметом исследования, были рассмотрены теоретические основы гендерного самосознания и его компоненты, включая гендерные стереотипы, ценности, представления о социальных ролях, статусах и идеалах, а также знание социокультурных норм поведения, гендерные установки и самооценку.

Особое внимание уделено особенностям развития гендерного самосознания в старшем школьном возрасте, а также описаны особенности группового консультирования старших школьников. Был разработан категориальный аппарат исследования, включающий критерии для оценки

результатов. Также проведен подбор методов изучения гендерного самосознания старших школьников.

На втором этапе исследования была представлена методическая организация, а также проведен констатирующий эксперимент, направленный на выявление текущего уровня развития гендерного самосознания старшеклассников. В данном этапе были представлены детали организации и реализации формирующего эксперимента.

На третьем этапе, по завершении реализации программы группового консультирования, был проведен повторный диагностический срез, в рамках которого повторно изучалось гендерное самосознание участников экспериментальной группы. После этого был осуществлен анализ и обобщение полученных результатов исследования, с последующим формулированием выводов.

Анализ результатов формирующего эксперимента в экспериментальной группе показал, что разработанная программа, осуществляемая в контексте группового консультирования старшеклассников, действенна в развитии гендерного самосознания. Таким образом, цели исследования были достигнуты, и гипотеза подтвердилась. Это означает, что процесс развития гендерного самосознания старших подростков успешен при использовании группового консультирования, основанного на коммуникации в качестве ведущей деятельности подростков, при воздействии на различные аспекты гендерного самосознания, пересмотр гендерных стереотипов и развитие рефлексии. Техники, включающие библиотерапию, оказались эффективными для улучшения гендерного самосознания старших школьников.

Данная работа обладает теоретической и практической значимостью. В теоретическом аспекте ее важность заключается в том, что результаты, полученные автором в процессе исследования литературы, могут послужить основой для более детального изучения потенциала группового консультирования в качестве средства, способствующего развитию гендерного самосознания у старших школьников.

Исследование имеет практическое значение в создании программы групповых консультаций, ориентированной на развитие гендерного самосознания среди старшеклассников. Результаты исследования могут быть применены при проведении групповых консультаций для старших школьников, а также в рамках психологических тренингов. Полученный теоретический и практический материал может быть полезен для психологов в частной практике, специалистов консультативных центров, а также для родителей и учителей.

## Список литературы

1. Азарова, Л. Н. Психолого-педагогические технологии развития гендерного самосознания / Л. Н. Азарова, А. А. Чекалина // Теория и практика общественного развития. 2012. № 2. С. 115-118. EDN OYMZIL.
2. Бем С. Л. Линзы гендера. Трансформация взглядов на проблему неравенства полов: монография / С. Л. Бем; Сандра Липсиц Бем; [пер. с англ. Д. Викторовой]. М.: РОССПЭН, 2004. 336 с.
3. Берн Ш. Гендерная психология. СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2002. 320с.
4. Бехтерева Н.П. Магия мозга и лабиринты жизни. М.: АСТ; СПб.: Сова, 2007. 349 с.
5. Биддалф С. Воспитание мальчишек: Почему мальчишки такие разные, и как помочь им стать настоящими мужчинами / пер. с англ. И.А.Литвиновой. М.: РИПОЛ классик, 2005. 224 с.
6. Большой толковый социологический словарь (Collins). Том 1 (А-О): пер. с англ. М.: Вече, АСТ, 1999. 544 с.
7. Большой толковый социологический словарь (Collins). Том 2 (П-Я): пер. с англ. М.: Вече, АСТ, 1999. 528 с.
8. Головин. С.Ю. Словарь практического психолога, Минск. Харвест, 1998 г. 554 с.
9. Гуткина Н.И. Концепция Л.И. Божович о строении и формировании личности (культурно-исторический подход) //Культурно-историческая психология. 2018. Т. 14. № 2. С. 116—128
10. Гусева Ю. Е. Нежные мальчики, сильные девочки. Воспитание, свободное от гендерных стереотипов: научно-популярное издание / Ю. Е. Гусева. Бо-Бассен: Другое решение, 2017.185 с.
11. Джордж Р. Кристиани Т. Консультирование: теория и практика. М.: Эксмо, 2002. 448 с.
12. Еремеева В.Д. Девочки и мальчики – два разных мира. СПб: Тускарора, 2001. 184 с.



13. Ерофеева Н. Ю. Основные категории гендерной педагогики / Н. Ю. Ерофеева // Вестник Удмуртского университета. Серия Философия. Психология. Педагогика. 2009. № 2. С. 85-102.
14. Карабанова О. А. Возрастная психология. Конспект лекций. М.: «Айрис-пресс», 2005. 238 с.
15. Ключко, О. И. Гендерные трансформации в ментальности современных российских школьниц / О. И. Ключко, Л. В. Штылева // Перспективы науки и образования. 2019. № 2(38). С. 240-255.
16. Кон И. С. В поисках себя: Личность и ее самосознание. М.: Политиздат, 1984. 335 с.
17. Кон И. С. Мальчик - отец мужчины. М.: Время, 2017. 704 с.
18. Кон, И. С. Психология ранней юности / И. С. Кон. Москва : Акционерное общество «Издательство «Просвещение», 1989. 255 с.
19. Кори Д. Теория и практика группового консультирования / пер. с англ. Е. Рачковой. М.: Эксмо, 2003. 640 с.
20. Кочнев, В. А. Практические аспекты и опыт применения опросника С. Бем / В. А. Кочнев // Вестник Московского государственного областного университета. 2015. № 1. – С. 10.
21. Латта Н. Дочковедение. Отцы, воспитывающие дочерей / Н. Латта; [пер. с англ. А. А. Давыдовой].: РИПОЛ классик; Москва; 2013 230 с.
22. Латта Н. Сынология. Матери, воспитывающие сыновей / Латта Н.; [пер. с англ. А.А. Давыдовой].: РИПОЛ классик; Москва; 2012. 320 с.
23. Лесин А.М. Ценность внешней привлекательности молодых женщин // Вестник РГГУ. Серия «Философия. Социология. Искусствоведение». 2021. № 1 (ч. 2). С. 231–237.
24. Малкина-Пых И.Г. Гендерная терапия. М.: Эксмо, 2006. 522 с.
25. Мелков С.В., Кудрина А.В. Представления о гендере и гендерной идентичности в современном психоанализе // Развитие личности. 2016. № 3. С. 165–186.

26. Мохова В. О. Предпосылки возникновения гендерной психологии - "дофилософский" этап развития / В. О. Мохова // Актуальные вопросы современной науки. 2012. № 21-1. С. 190-196.
27. Мухина, В. Юность / В. Мухина // Развитие личности. 2020. № 4. С. 136-158.
28. Ожигова, Л. Н. Гендерная идентичность личности и смысловые механизмы ее реализации: автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора психологических наук / Ожигова Людмила Николаевна. Краснодар, 2006. 46 с.
29. Ожигова, Л. Н. Маскулинность / фемининность и мотивация личности подростков / Л. Н. Ожигова, Т. О. Богомолова // Южно-российский журнал социальных наук. 2019. Т. 20, № 1. С. 137-151.
30. Поллак У. Настоящие мальчики: как спасти наших сыновей от мифов о мальчишестве / пер. Е. Жолниной. М.: Ресурс, 2014. 512 с.
31. Райхерт М. Мальчики есть мальчики. Как помочь сыну стать настоящим мужчиной/ Майкл Райхерт; [пер. с англ. А.Д. Сайфуллиной]. - Москва: Эксмо, 2019. 384 с.
32. Рыков С.Л. Гендерная культура педагога: сущность и пути формирования// Ценности и смыслы. 2018. № 4 (56). С. 76-89.
33. Свенцицкий А.Л. Маскулинность и феминность // Краткий психологический словарь. Проспект, 2014. С. 264—265.
34. Семенова, А. В. Личностные характеристики в подростковом и юношеском возрасте / А. В. Семенова // Педагогика: история, перспективы. 2020. Т. 3, № 3. С. 74-83.
35. Столлер Р. Пол и гендер. Развитие маскулинности и феминности. Лондон: Раутледж, 1994. 400 с.
36. Хорни К. Психология женщины / Пер. с фр. А.Боковикова М.: Академический Проект, 2006. 240 с.
37. Хоткина З. А. Гендерным исследованиям в России — десять лет// Общественные науки и современность. 2000. № 4. С. 26—37.

38. Чекалина А. А. Психология гендерного самосознания / А. А. Чекалина. Москва: Московский городской педагогический университет, 2014. 240 с.
39. Черчес, Т. Е. Гендерные стереотипы и гендерная идентичность как факторы выбора профессии в различных профессиональных группах / Т. Е. Черчес, Л. В. Святохо // Актуальные проблемы гуманитарных и социально-экономических наук. 2022. № 3(86). С. 116-120.
40. Элиум Д., Элиум Дж. Воспитание сына. СПб.: Питер, 2003. 256 с.
41. Эриксон Э. Детство и общество / Пер. с англ. СПб.: Питер, 2022. 448 с.(Серия «Мастера психологии»)
42. Ялом И., Лесц М. Групповая психотерапия. 5-е изд. Серия Мастера психологии. СПб.: Питер, 2022. 624 с.
43. Agam R, Tamir S, Golan M (2015) Gender Differences in Respect to Self-Esteem and Body Image as Well as Response to Adolescent's School-Based Prevention Programs. J Psychol Clin Psychiatry 2(5): 00092.
44. Boytsova O. Jo B. Paoletti. Pink and Blue: Telling the Boys from the Girls in America. Bloomington, IN: Indiana University Press, 2012. 169 p / O. Boytsova // Антропологический форум. 2014. No 22. P. 284-290.
45. Connel Raewyn, Gender in World Perspective (Cambridge, UK: Polity, 2009), 60.
46. Hopcroft Rosemary Evolution and Gender: Why It Matters for Contemporary Life, 2015. 265 p.
47. Jacobs, E., Schimmel, C. J., Masson, R. L., & Harvill, R. L. Group counseling: Strategies and skills. Cengage Learning, 8th Ed., 2015. 496 p.
48. Katz J. The macho paradox: why some men hurt women and how all men can help. Sourcebooks, 2nd Ed., 2019. 452 p.
49. Martin C. L., Ruble D. Children's Search for Gender Cues: Cognitive Perspectives on Gender Development. Current Directions in Psychological Science, 13(2), 2004. 67–70 p. <https://doi.org/10.1111/j.0963-7214.2004.00276.x>
50. Sax L. Why gender matters" 2nd Ed., 2017. 400 p.

51. Sax L. Boys adrift. Basic Books, 2016. 352 p.
52. Vinney, Cynthia. "What Is Gender Socialization? Definition and Examples." ThoughtCo, Dec. 6, 2021, [thoughtco.com/gender-socialization-definition-examples-4582435](https://www.thoughtco.com/gender-socialization-definition-examples-4582435).

## Приложение А

Таблица 1. - Результаты исследования по тесту «Кто Я?» М. Куна, Т. Макпартленда, с модификацией инструкции и обработки Румянцевой Т.В.

Респондент	1	2	3	4	5	6	7	8
способ обозначения половой идентичности	отсутствует	отсутствует	косвенное узкое	косвенное узкое	отсутствует	косвенное узкое	отсутствует	отсутствует
Социальные и индивидуальные роли	отсутствует соц.	отсутствует инд.	есть соц. и индив.	есть соц. и индив.	отсутствует соц.	есть соц. и индив.	отсутствует соц.	нет инд.
Самооценка	неадекватно - завышенная	неадекватно - завышенная	склонность к завышенной	адекватная	неадекватно - завышенная	адекватная	неадекватно - завышенная	неадекватно - заниженная
Рефлексия	низкая	низкая	высокая	высокая	высокая	средняя	средняя	высокая

Респондент	9	10	11	12	13	14	15	16
способ обозначения половой идентичности	напрямую	напрямую	напрямую	косвенное узкое	напрямую	косвенное узкое	напрямую	напрямую
Социальные и индивидуальные роли	отсутствует соц.	есть соц. и индив.	есть соц. и индив.	отсутствует соц.	есть соц. и индив.	отсутствует соц.	есть соц. и индив.	есть соц. и индив.
Самооценка	неадекватно - завышенная	позитивная	неадекватно - завышенная	неадекватно - завышенная	позитивная	неадекватно - завышенная	позитивная	неадекватно - завышенная
Рефлексия	средняя	высокая	низкая	средняя	средняя	высокая	средняя	высокая

Респондент	17	18	19	20	21	22	23	24
способ обозначения половой идентичности	напрямую	напрямую	косвенное широкое	напрямую	косвенное узкое	напрямую	косвенное узкое	напрямую

Социальные и индивидуальные роли	есть соц. и индив.	есть соц. и индив.	есть соц. и индив.	есть соц. и индив.	отсутствие соц.	есть соц. и индив.	отсутствие соц.	есть соц. и индив.
Самооценка	позитивная	позитивная	неадекватно-завышенная	позитивная	неадекватно-завышенная	позитивная	неадекватно-завышенная	неадекватно-завышенная
Рефлексия	средняя	высокая	высокая	высокая	средняя	высокая	высокая	высокая

Респондент	25	26	27	28	29	30	31	32
способ обозначения половой идентичности	напрямую	косвенное узкое	напрямую	косвенное широкое	напрямую	косвенное широкое	косвенное узкое	косвенное узкое
Социальные и индивидуальные роли	есть соц. и индив.	отсутствие соц.	есть соц. и индив.	есть соц. и индив.	отсутствие соц.	отсутствие соц.	есть соц. и индив.	отсутствие соц.
Самооценка	неадекватно-завышенная	неадекватно-завышенная	неадекватно-завышенная	неадекватно-завышенная	неадекватно-завышенная	неадекватно-завышенная	неадекватно-завышенная	неадекватно-завышенная
Рефлексия	высокая	средняя	средняя	средняя	высокая	высокая	средняя	высокая

Респондент	33	34	35	36	37	38	39	40
способ обозначения половой идентичности	косвенное широкое	косвенное широкое	косвенное узкое	косвенное узкое	косвенное узкое	косвенное широкое	косвенное узкое	косвенное широкое
Социальные и индивидуальные роли	есть соц. и индив.	есть соц. и индив.	есть соц. и индив.	есть соц. и индив.	отсутствие соц.	есть соц. и индив.	есть соц. и индив.	есть соц. и индив.
Самооценка	неадекватно-завышенная	неадекватно-завышенная	неадекватно-завышенная	неадекватно-завышенная	неадекватно-завышенная	неадекватно-завышенная	неадекватно-завышенная	неадекватно-завышенная
Рефлексия	высокая	высокая	средняя	высокая	высокая	средняя	высокая	средняя

Респондент	41	42	43	44	45	46
способ обозначения половой идентичности	косвенное широкое	косвенное широкое	косвенное узкое	косвенное широкое	косвенное широкое	косвенное широкое
Социальные и индивидуальные роли	есть соц. и индив.	есть соц. и индив.	есть соц. и индив.	есть соц. и индив.	есть соц. и индив.	есть соц. и индив.
Самооценка	позитивная	неадекватно-завышенная	неадекватно-завышенная	неадекватно-завышенная	неадекватно-завышенная	позитивная
Рефлексия	высокая	высокая	высокая	высокая	высокая	высокая

Таблица 2. - Результаты исследования по опроснику Л.Н. Ожиговой «Я - женщина/мужчина»

Респондент	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
количество баллов	4	7	11	12	6	13	10	16	25	20

Респондент	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
количество баллов	16	25	11	20	26	18	21	24	10	19

Респондент	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
количество баллов	14	14	22	25	8	10	22	20	23	12

Респондент	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
------------	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

количество баллов	21	10	19	20	19	17	21	17	22	24
----------------------	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Респондент	41	42	43	44	45	46
количество баллов	19	15	20	23	13	24

Таблица 3. - Результаты исследования по полоролевому опроснику С.Бем, BSRI

Респондент	1	2	3	4	5	6	7
Маскулинность	101	77	70	84	90	70	95
Феминность	49	70	67	38	54	68	50
Тип	маскулинный	маскулинный	маскулинный	маскулинный	маскулинный	маскулинный	маскулинный

Респондент	8	9	10	11	12	13	14
Маскулинность	52	77	103	68	87	78	80
Феминность	40	97	103	81	107	110	103
Тип	Недифференцированный	Андрогинный	Андрогинный	Андрогинный	Андрогинный	Андрогинный	Андрогинный

Респондент	15	16	17	18	19	20	21
Маскулинность	80	101	114	88	93	81	95
Феминность	97	97	106	113	83	97	95



сть							
Тип	Андрогинный	Андрогинный	Андрогинный	Андрогинный	Андрогинный	Андрогинный	Андрогинный

Респондент	22	23	24	25	26	27	28
Маскулинность	88	109	94	81	112	124	101
Феминность	92	108	59	85	89	81	62
Тип	Андрогинный	Андрогинный	Маскулинный	Андрогинный	Андрогинный	Андрогинный	Маскулинный

Респондент	29	30	31	32	33	34	35
Маскулинность	120	119	92	100	114	87	91
Феминность	97	97	80	38	75	90	95
Тип	Андрогинный	Андрогинный	Андрогинный	Маскулинный	Маскулинный	Андрогинный	Андрогинный

Респондент	36	37	38	39	40	41	42
Маскулинность	100	109	87	97	99	93	106
Феминность	73	95	77	76	82	81	89
Тип	Андрогинный	Андрогинный	Андрогинный	Маскулинный	Андрогинный	Андрогинный	Андрогинный

Респондент	43	44	45	46
Маскулинность	95	91	86	52

Феминность	116	82	69	95
Тип	Андрогинный	Андрогинный	Маскулинный	Феминный

Таблица 4. - Распределение уровней гендерного самосознания.

1	2	3	4	5	6	7	8
Низкий уровень	Средний уровень	Средний уровень	Средний уровень	Низкий уровень	Средний уровень	Средний уровень	Низкий уровень

9	10	11	12	13	14	15	16
Высокий уровень	Высокий уровень	Низкий уровень	Высокий уровень	Высокий уровень	Средний уровень	Высокий уровень	Средний уровень

17	18	19	20	21	22	23	24
Высокий уровень	Высокий уровень	Средний уровень	Высокий уровень	Средний уровень	Высокий уровень	Высокий уровень	Высокий уровень

25	26	27	28	29	30	31	32
Высокий уровень	Высокий уровень	Средний уровень	Средний уровень	Средний уровень	Высокий уровень	Высокий уровень	Высокий уровень

33	34	35	36	37	38	39	40
Высокий уровень	Средний уровень	Высокий уровень	Высокий уровень	Средний уровень	Высокий уровень	Высокий уровень	Средний уровень

41	42	43	44	45	46
Высокий уровень	Средний уровень	Высокий уровень	Высокий уровень	Средний уровень	Высокий уровень

**Программа групповых консультаций «Развитие гендерного самосознания у старших школьников в процессе группового консультирования»**

**Консультативная встреча 1.**

Тема Вводное занятие

Цель: Знакомство с группой, принятие правил группы, целеполагание для участия в групповом консультировании, введение в понятие гендерное самосознание.

Знакомство участников группы и самопрезентация. Каждый участник приглашается кратко представить себя, следуя данному плану: назвать свое имя, описать себя с использованием одного прилагательного, указать свой возраст и пол.

Затем проводится небольшой теоретический блок, посвященный гендерному сознанию. Сначала консультант задает вопрос о разнице между понятиями «пол» и «гендер», а также о том, как гендер влияет на жизнь человека и как участники понимают понятие гендерного самосознания.

После этого проводится обсуждение, в ходе которого консультант предоставляет информацию о том, что представляет собой гендерное самосознание, опираясь на определение А.А. Чекалиной, и какие компоненты оно включает в себя. Консультант также поясняет, какие аспекты гендерного самосознания будут рассматриваться на занятиях и как они будут разрабатываться.

Следующим этапом встречи является обсуждение и утверждение норм и принципов работы в группе. Консультант предоставляет информацию участникам о том, что для обеспечения общего комфорта и эффективности в групповой работе обычно соблюдаются следующие правила и принципы:

1. Принцип конфиденциальности;
2. Принцип «1 микрофона», который напоминает участникам о недопустимости перебивания друг друга, даже в ходе обсуждения интересных тем;
3. Принцип эмоциональной открытости, поощряющий участников выразить свои чувства и переживания в группе;
4. Принцип доброжелательности, призывающий участников относиться друг к другу с уважением и поддержкой, выражая критику в корректной форме и выделяя достоинства других участников;
5. Запрет на оценочные высказывания;
6. Принцип постоянства, советующий участникам приходить на встречи регулярно, чтобы каждый вкладывался в работу группы.

При необходимости участники могут предложить добавление новых правил и принципов, при условии их одобрения всей консультативной группой и их соответствия принципам психологического консультирования.

На основе осознания гендерной идентичности, участники начинают процесс определения общих и индивидуальных целей для нашей работы. В течение нескольких минут каждый участник записывает свои цели, которые они хотели бы достичь в течение ближайших семи занятий. Затем, все участники по очереди делятся своими целями, и консультант записывает их на доске. После этого мы совместно выделяем общие цели и обсуждаем их. Некоторые цели могут подвергнуться коррекции в процессе обсуждения.

Затем, участникам предоставляется возможность задавать вопросы на основе результатов тестов и опросов, которые они прошли ранее. Особый интерес может вызвать анализ результатов полового ролевого опросника С. Бема, который оценивает маскулинность и фемининность. Консультант объясняет эти понятия и вводит понятие андрогинности.

Далее, консультант предлагает участникам выполнить упражнение «Перевертыши» А. Бека, чтобы продемонстрировать, что гендерная асимметрия

в обществе не всегда очевидна и мотивировать участников работать над своим гендерным самосознанием.

Инструкция:

1. Возьмите лист бумаги.
2. Используя яркие маркеры, создайте две колонки на листе бумаги: одну для качеств, которые обычно связываются с мужчинами, и другую для качеств, которые обычно ассоциируются с женщинами.
3. Заполните эти колонки, перечисляя от 10 до 30 качеств, которые, по вашему мнению, соответствуют каждому из полов.

Затем психолог предлагает участникам обсудить, какие из указанных качеств считаются общепринятыми для каждого пола и почему. Это позволит участникам раскрыть свои представления и стереотипы о мужчинах и женщинах.

Поочередно называя качества из каждой колонки, психолог просит участников поразмышлять и обсудить, какие из них могут быть присущи как мужчинам, так и женщинам, а также какие качества могут быть изменчивыми или нехарактерными для определенного пола. Например, можно спросить: «Встречали ли вы мужчину, обладающего характеристикой, которая обычно ассоциируется с женщинами?»

Далее психолог объясняет, как данное упражнение отражает разницу между понятиями «пол» и «гендер».

Занятие завершается обратной связью от участников. Участники и психолог вступают в свободное обсуждение проведенной работы. Клиенты могут выразить свои пожелания, предложения, идеи и мысли, которые возникли в ходе консультации.

## **Консультативная встреча 2.**

Тема: Гендерное самосознание.

Цель: Помочь участникам осознать свою собственную гендерную идентичность, осознать собственные гендерные идеалы и развить более позитивный образ себя.

Групповая работа начинается с проведения беседы, в ходе которой анализируется влияние предыдущей встречи на участников и обсуждаются цели и задачи, стоящие перед консультацией.

Участникам предлагается выполнить технику «Гендерная автобиография».

Консультант озвучивает старшим школьникам текст, названный «Пример ранней гендерной социализации» для ознакомления с примером предстоящей работы и рефлексии с помощью вопросов.

Инструкция:

1. Вспомните свое детство и годы в школе. Расскажите о своих первых воспоминаниях о себе, начиная с какого возраста вы себя помните и когда вы впервые осознали различия между мужчинами и женщинами. Опишите, какие эти различия казались вам на тот момент и как они воспринимались.
2. Расскажите о том, с кем вы предпочитали играть в возрасте от 5 до 8 лет, какие игрушки были вашими любимыми, кем были ваши предпочитаемые сказочные персонажи и герои мультфильмов, и какие были особенности вашей одежды и внешности в раннем детстве, на начальных этапах обучения и в подростковом возрасте.
3. Рассмотрите ваши воспоминания о том, какие представления о том, как должны вести себя девочки и мальчики, были распространены в вашем детстве. Расскажите о том, какие ожидания предъявлялись к вашему поведению и как это влияло на вас.
4. Проанализируйте гендерные аспекты вашей школьной жизни. Рассмотрите, существовали ли разные нормы и модели поведения для мальчиков и девочек в учебной среде. Обсудите, какие отношения и

ожидания со стороны учителей были связаны с вашим полом, особенно в отношении успехов и дисциплины.

5. Дайте оценку отношениям в вашей семье, включая взаимоотношения с родителями. Расскажите, кто из ваших родителей вас ближе, и какие правила взаимодействия между представителями разных полов существовали в вашей семье, и как они могли повлиять на ваши представления о гендере.
6. Определите, какие факторы, на ваш взгляд, оказали влияние на ваше гендерное самосознание и ваши представления о гендере в целом.

После обсуждения всех вопросов клиентам предлагается отрефлексировать, какое влияние данная техника оказала на них.

Следующим этапом этой встречи является групповая дискуссия «Настоящий» мужчина, «настоящая» женщина, где предлагается создать идеальный образ мужчины и женщины.

Инструкция:

1. Сейчас каждый из вас будет представлять себя в роли лица определенного пола, будь то мужчина или женщина. Ваша задача - обсудить, какие характеристики или качества, по вашему мнению, часто ассоциируются с представителями определенного пола.
2. Составим список качеств, которые, по вашему мнению, определяют «настоящего» мужчину и «настоящую» женщину. Важно, чтобы вы обосновали свои выборы и представили аргументацию за каждое качество.
3. По завершении формирования двух списков, которые записаны на доске, давайте распределим эти характеристики по степени их значимости при определении личности в роли мужчины или женщины. Важно, чтобы вы пришли к общему согласию относительно порядка следования качеств.

4. Теперь я попрошу вас оценить, насколько этот образ отличается от общепринятых стереотипов и насколько каждый из вас, в зависимости от пола, соответствует этому «портрету».

5. Какие эмоции и чувства вызывает у вас это сравнение.

После обсуждения образов мужчины и женщины, консультант переходит к рефлексии над мыслями и чувствами клиентов, а также обсуждению результатов второй встречи.

В рамках выполнения этой программы, клиентам предлагается выполнять одинаковое домашнее задание на протяжении всего процесса консультации. Это задание включает в себя ведение дневника, в котором клиенты фиксируют, что они унесли с собой из каждой встречи, а также регистрируют свои размышления, которые появляются между сессиями в рамках развития своего гендерного самосознания.

### **Консультативная встреча 3.**

Тема: Гендерные роли и общество.

Цель: Рассмотреть собственное место и роли в обществе через призму гендерного самосознания; оптимизировать баланс между личными гендерными представлениями и социальными ожиданиями.

В начале занятия консультант предлагает каждому клиенту подумать, являются ли одни страны более маскулинными или феминными, чем другие страны, и если да, то к какой относится Россия.

Консультант объясняет, что на этой групповой встрече участники группового консультирования будут участвовать в игре «Диалог культур», целью которой является эмоционального принятия иной культуры и формирование навыков ведения эффективных переговоров между представителями различных культур.



В ходе работы понадобятся распечатанные инструкции для двух групп, листы ватмана формата А4, разноцветные маркеры, карандаши и фломастеры.

Клиенты делятся на две группы в зависимости от пола и после прослушивания первого этапа инструкций, одна группа уходит в другой класс.

Инструкции для первого этапа:

1. Прочитайте описание своей культуры.
2. Представьте свою культуру, придумайте названия, пропишите особенности этой культуры, обсудите нормы, ценности и правила поведения.
3. Подготовьте невербальную презентацию культуры для «Международного фестиваля».

Второй этап игры представляет собой презентации культур групп на «Международном фестивале», которая длится 5-7 минут.

Последний этап требует от делегации обеих культур проведение переговоров о совместном полете на Марс по пунктам, представленным в инструкции. Итогом переговоров является заключение договора о сотрудничестве либо отказ от него.

После завершения игры проводится обсуждение результатов переговоров, клиенты делятся своими впечатлениями и мыслями о том, какие уроки можно извлечь из этой активности.

#### **Консультативная встреча 4.**

Тема: Развитие навыков самоанализа.

Цель: Содействовать развитию умений самоанализа и рефлексии в контексте гендерного самосознания.

Групповая консультация начинается с разминки, которая включает технику «символы и ассоциации», цель которой состоит в том, чтобы помочь

участникам осознать и выразить свои ассоциации и представления, связанные с гендером.

Проводится техника следующим образом. Участникам предлагается нарисовать или записать свои ассоциации и символы, которые приходят им в голову, когда они думают о гендере. Затем они делятся своими представлениями с группой, что может привести к интересным дискуссиям и осознанию различий в мнениях.

Основной частью работы является упражнение «Карта качеств и недостатков». Оно представляет собой способ для участников группы лучше понять самих себя, свои сильные и слабые стороны в контексте гендерного самосознания. Это упражнение позволяет старшеклассникам провести анализ своих характеристик и качеств, которые они ассоциируют с определенными гендерными стереотипами и ожиданиями.

Данное упражнение способствует осознанию того, какие гендерные ожидания и стереотипы являются частью их самосознания, а также помогает выявить свои сильные и слабые стороны в этом контексте.

Упражнение начинается с подготовки листа бумаги и ручки. Дается 15-20 минут для выполнения упражнения.

Инструкция:

1. Нарисуйте большой прямоугольник, который нужно разделить на две части: в одной части вы записываете свои качества, черты и характеристики, которые у вас ассоциируются с «женскими» качествами, а в другой - с «мужскими» качествами.
2. После того как вы заполнили свои «карты», поделитесь своими наблюдениями и размышлениями в группе. Важно обсудить, какие качества вы считаете своими сильными сторонами, а какие - недостатками, и как это влияет на ваше гендерное самосознание.

По окончании упражнения, участники могут задуматься о том, как они могут развивать свое гендерное самосознание в соответствии с собственными ценностями.

Упражнение «карта качеств и недостатков» помогает старшеклассникам осознать, что гендерные стереотипы могут оказывать влияние на их самопредставление, и мотивирует их размышлять о собственных качествах и ценностях.

Завершение занятия включает в себя обсуждение с участниками и получение обратной связи в свободной форме. В этой части участники и консультант общаются, разговаривают о проведенном занятии, обмениваются своими пожеланиями, предложениями, идеями и мыслями, которые возникли в процессе занятия.

### **Консультативная встреча 5.**

Тема: Профессиональные гендерные роли

Цель: Рассмотреть гендерные стереотипы и предубеждения относительно профессиональных ролей.

Встреча начинается с обсуждения: знают ли школьники, какую профессию они хотят выбрать для себя. Объясняется цель и содержание предстоящей встречи.

Консультант начинает групповую дискуссию на тему «стереотипов профессиональных ролей». Ведущий сессии объясняет, что гендерные стереотипы могут создавать ожидания и барьеры в выборе профессии. Участники обсуждают примеры стереотипов, связанных с определенными профессиями, и их влияние на решения в выборе карьеры. Клиенты делятся своими наблюдениями и мнениями о гендерных стереотипах в профессиях. Обсуждаются почему некоторые профессии ассоциируются с мужчинами, а некоторые с женщинами.

Участники рассматривают конкретные профессии и анализируют, какие стереотипы с ними ассоциируются. Например, они могут обсудить, почему водитель грузовиков и строитель чаще ассоциируются с мужчинами, а учителя и медсестры с женщинами.

Клиентам предлагается обсудить способы, как можно преодолеть гендерные стереотипы в профессиях. Это может включать в себя рассмотрение образцов успешных людей, которые нарушили стереотипы, или обсуждение поддержки и ресурсов, доступных для тех, кто хочет следовать своим интересам, независимо от гендерных ожиданий.

Следующим этапом работы пятой консультации является техника для анализа гендерных стереотипов в профессиях под названием «гендерный анализ ролей в игре» (Gender Role Analysis in Games), предложенная Мари Линдстром и Янной Кутти. Так как предпочтения в играх у девочек и мальчиков обычно разные, мы предложили клиентам разделиться на две группы.

Инструкция:

1. Выберите компьютерную игру (например «GTA 6» или «The Sims») и соберите информацию о персонажах и их профессиональных ролях в игре.
2. Создайте таблицу с двумя столбцами: «Мужские персонажи» и «Женские персонажи».
3. Запишите имена персонажей, их профессии и особенности ролей в соответствующие столбцы.
4. Анализируйте, есть ли различия в распределении профессий между мужскими и женскими персонажами. Обратите внимание на стереотипы, связанные с тем, какие профессии считаются «мужскими» или «женскими» в игре.
5. Попробуйте определить, насколько гендерные роли персонажей влияют на развитие сюжета и взаимодействие с окружающим миром.

Эта техника позволяет провести анализ гендерных стереотипов в контексте компьютерных игр и исследовать, какие профессиональные роли представлены для мужских и женских персонажей, а также какие сообщения они могут нести в отношении выбора профессии.

Завершение занятия включает в себя обратную связь от участников и свободное общение между участниками и консультантом. В этот момент проводится обсуждение проделанной работы, где участники имеют возможность выразить свои пожелания, предложения, а также поделиться идеями и мыслями, которые возникли в процессе занятия.

### **Консультативная встреча 6.**

Тема: Гендерные установки.

Цель: Содействовать развитию умений самоанализа и рефлексии в контексте гендерного самосознания.

Шестое групповое консультирование начинается с формулирования целей встречи и задач, которые планируется достигнуть. Также в рамках сессии обсуждаются домашние задания, выполненные участниками в процессе работы над гендерным самосознанием.

Встреча посвящена анализу литературы с акцентом на характеристики феминности и маскулинности, гендерные роли и стереотипы. Консультант выбрал роман «Отцы и дети» Ивана Тургенева, который школьники не так давно прочитали на уроках литературы.

Клиенты освежают сюжет и обсуждают его в контексте гендерных вопросов, начиная с анализа персонажей, их ролей и развития в сюжете. Вся группа разбивается на две в независимости от пола. Группы читают одно литературное произведение и затем устраивают круглый стол, на котором участники делятся анализом главных героев и обсуждают различные точки зрения.

Для помощи в анализе литературы, группам предоставляется список вопросов для обсуждения:

1. Какие главные персонажи присутствуют в произведении, и какие гендерные роли они выполняют?
2. Как развиваются гендерные роли главных персонажей в течение сюжета? Есть ли изменения в их поведении или восприятии собственной гендерной идентичности?
3. Какие стереотипы о мужчинах и женщинах подтверждаются или отвергаются в произведении?
4. Какие ключевые сцены или события в произведении могут оказывать влияние на гендерные роли персонажей?
5. Как взаимодействуют персонажи разных полов в произведении? Существуют ли конфликты, сотрудничество между ними, связанные с гендерными вопросами?
6. Есть ли в произведении элементы символики или метафоры, связанные с гендером?

Анализ литературы предоставляет возможность старшеклассникам более глубоко погрузиться в гендерные аспекты искусства и литературы, а также стимулирует критическое мышление и дискуссии в группе.

Несмотря на все трудности и объем работы, клиенты сами отмечали эффективность его деятельности.

По завершении занятия проводится обратная связь с участниками, в ходе которой они могут свободно общаться с консультантом. В рамках этой обратной связи обсуждаются результаты занятия, участники выражают свои пожелания и предложения, а также делятся своими мыслями и идеями, возникшими во время занятия.

## **Консультативная встреча 7.**

Тема: Заключительная консультация.

Цель: Закрепить полученные результаты; подвести итоги программы; создать план действий для дальнейшего развития гендерного самосознания.

Клиентам предлагается упражнение «Моя гендерная карта», которое направлено на подведение итогов программы и создание плана для дальнейшего развития гендерного самосознания участников. Это упражнение помогает участникам систематизировать свои размышления и понимание собственной гендерной идентичности, а также выявить области, в которых они хотели бы внести изменения.

Участники получают лист бумаги и маркеры. Каждый клиент создает свою «гендерную карту», которая включает в себя следующие элементы: гендерные ценности, гендерные убеждения, желаемые изменения и действия.

Гендерные ценности подразумевают отметку ценностей и убеждений, которые они считают важными в контексте своей гендерной идентичности. Затем они записывают свои убеждения и мнения о гендерных вопросах. Участники определяют, какие аспекты своей гендерной идентичности и гендерных отношений они хотели бы изменить или развить. При упоминании действий участники планируют шаги и конкретные действия, которые им необходимо предпринять для достижения своих целей.

После создания «гендерной карты» каждый старшеклассник представляет краткое объяснение своих выборов и целей перед группой. Каждый клиент получает конкретные шаги для дальнейшего развития своей гендерной идентичности, и программа заканчивается на позитивной ноте, оставляя участникам четкий план для дальнейшего саморазвития.

## Приложение В

Таблица 1. - Результаты исследования по тесту «Кто Я?» М. Куна, Т. Макпартленда, с модификацией инструкции и обработки Румянцевой Т.В. экспериментальной группы после проведения программы.

	До	После
1 клиент	Низкий уровень. Отсутствует прямое и косвенное обозначение гендера. Неадекватная самооценка не позволяет четко определить уровень осознанности половой идентичности.	Средний уровень. Косвенное обозначение гендера через окончания. Улучшение рефлексии.
2 клиент	Низкий уровень. Отсутствует прямое и косвенное обозначение гендера. Неадекватно завышенная самооценка осложняет анализ уровня осознанности половой идентичности.	Средний уровень. Проявление гендерного самосознания через социальные роли.
3 клиент	Средний уровень. Узкое косвенное обозначение гендера в середине списка через социальные роли. Склонность к завышенной самооценке. Более высокий уровень рефлексии.	Высокий уровень. Наличие прямого обозначения, эмоционально-положительное, в начале списка.
4 клиент	Средний уровень. Косвенное обозначение гендера в начале списка через социальные роли, но только одна роль. Высокий уровень рефлексии. Уравновешенный тип.	Высокий уровень. Нейтральное обозначение пола в середине списка через широкое полоролевое поведение.
5 клиент	Низкий уровень. Отсутствует прямое обозначения гендера. Неадекватно-завышенная	Средний уровень. Узкое косвенное обозначение гендерных ролей.



	самооценка. Высокий уровень рефлексии.	
6 клиент	Средний уровень. Широкое косвенное обозначение пола через окончания. Адекватная самооценка. Сомневающийся тип. Средний уровень рефлексии.	Высокий уровень. Присутствие явного и эмоционально-положительного обозначения в начале перечня.
7 клиент	Низкий уровень. Отсутствует обозначение пола. Неадекватно- завышенная самооценка. Средний уровень рефлексии.	Средний уровень. Узкое косвенное обозначение гендерных ролей. Повысился уровень рефлексии.
8 клиент	Низкий уровень. Отсутствует прямое и косвенное обозначение пола. Неадекватно- заниженная самооценка. Высокий уровень рефлексии.	Высокий уровень. Нейтральная прямая форма обозначения пола.

Таблица 2. - Результаты исследования по опроснику Л.Н. Ожиговой «Я - женщина/мужчина» экспериментальной группы после проведения программы.

	До	После
1 клиент	Низкий уровень. 4 балла.	Низкий уровень. 9 баллов.
2 клиент	Низкий уровень. 7 баллов.	Средний уровень. 22 балла.
3 клиент	Средний уровень. 11 баллов.	Средний уровень. 23 балла.
4 клиент	Средний уровень. 12 баллов.	Средний уровень. 19 баллов.
5 клиент	Низкий уровень. 6 балла.	Средний уровень. 20 баллов.
6 клиент	Средний уровень. 13	Средний уровень. 20

	баллов.	баллов.
7 клиент	Средний уровень. 10 баллов.	Высокий уровень. 20 баллов.
8 клиент	Средний уровень. 16 баллов.	Средний уровень. 21 балл.

Таблица 3. - Результаты исследования по полоролевому опроснику С.Бем, BSRI экспериментальной группы после проведения программы.

	До	После
1 клиент	Средний уровень. 49 феминности, 101 маскулинности.	Высокий уровень. 77 феминности, 99 маскулинности.
2 клиент	Высокий уровень. 70 феминности, 77 маскулинности.	Высокий уровень. 80 феминности, 90 маскулинности.
3 клиент	Средний уровень. 67 феминности, 70 маскулинности.	Высокий уровень. 79 феминности, 71 маскулинности.
4 клиент	Средний уровень. 38 феминности, 84 маскулинности.	Высокий уровень. 76 феминности, 83 маскулинности.
5 клиент	Средний уровень. 54 феминности, 90 маскулинности.	Высокий уровень. 78 феминности, 92 маскулинности.
6 клиент	Высокий уровень. 68 феминности, 70 маскулинности.	Высокий уровень. 83 феминности, 84 маскулинности.
7 клиент	Средний уровень. 50 феминности, 95 маскулинности.	Высокий уровень. 77 феминности, 105 маскулинности.
8 клиент	Низкий уровень. 40 феминности, 52 маскулинности.	Средний уровень. 76 феминности, 59 маскулинности.

**Статистическая обработка данных после проведения формирующего эксперимента**

В целях оценки статистической достоверности изменений в значениях уровня гендерного самосознания старших школьников до и после формирующего эксперимента мы воспользовались Т-критерием Вилкоксона.

Сформулируем нулевую и альтернативную гипотезы:

Но - интенсивность сдвигов в типичном направлении не превосходит интенсивности сдвигов в нетипичном направлении;

H1 - интенсивность сдвигов в типичном направлении превышает интенсивность сдвигов в нетипичном направлении.

Таблица 1

Расчет критерия Т при сопоставлении замеров уровня гендерного самосознания

№ клиента	Уровень гендерного самосознания		Сдвиг (t <sub>после</sub> - t <sub>до</sub> )	Абсолютное значение	Ранговый номер разности
	До формирующего эксперимента	После формирующего эксперимента			
1	3	2	-1	1	5
2	2	2	0	0	1
3	2	1	-1	1	5
4	2	1	-1	1	5
5	3	2	-1	1	5

6	2	1	-1	1	5
7	2	1	-1	1	5
8	3	2	-1	1	5
Сумма:					36

1 - высокий уровень

2 – средний уровень

3 – низкий уровень

Проверим совпадение ранговой суммы с расчетной:

$$\sum R = 5 + 1 + 5 + 5 + 5 + 5 + 5 + 5 = 36;$$

$$\sum R = n * (n + 1) : 2 = 8 * (8 + 1) : 2 = 36$$

$$T = \sum R$$

Итак, в нашем случае нет нетипичных сдвигов, поэтому

$$T_{\text{эмп.}} = 0$$

Определим критические значения T для n=8

$$T_{\text{кр}} (p \leq 0,01) = 1$$

$$T_{\text{кр.}} (p \leq 0,05) = 5$$

Так как  $T_{\text{эмп.}} < T_{\text{кр.}} (p \leq 0,05)$ , то  $H_0$  отвергается и принимается  $H_1$ , на уровне значимости  $p \leq 0,05$ , то есть сдвиг в типичном направлении более интенсивен, чем сдвиг в нетипичном направлении, что мы можем утверждать с вероятностью 95 %.

Следовательно, в результате проведенных статистических исследований мы принимаем гипотезу  $H_1$  как достоверную на уровне 95% вероятности.