

Самоактуализация и субъектность у молодых мужчин, ищущих новое место работы

Цветкова Надежда Александровна

Д-р психол. наук, гл. науч. сотр.

ORCID: 0000-0003-0967-205X, e-mail: TsvetkovaNA@yandex.ru

Научно-исследовательский институт Федеральной службы исполнения наказаний, г. Москва, Россия

Аннотация

Предметом исследования выступают самоактуализация и субъектность у мужчин, ищущих работу. Целью настоящего исследования является выявление особенностей их самоактуализации и субъектности. Использовались такие методы психодиагностики, как методика «САТ» Э. Шострома (в адаптации Ю.Е. Алешинной и др.); тест «УРСЛ» М.А. Щукиной. Принимая во внимание основные результаты исследования, автор пришла к выводу, что по выборке в целом обнаружена проблемная самоактуализация и достаточно высокий общий уровень субъектности. У 83 % респондентов самоактуализация выявлена только по контактности. Доля мужчин, признающих ценности самоактуализирующейся личности, составила 34 %. Установлена прямая тесная связь между самоактуализацией и субъектностью. Областью применения обнаруженных результатов является социальная психология личности (полученные данные важны для оценки социально-психологической готовности мужчин оперативно решать проблему трудоустройства, используя внутриличностные ресурсы). Упомянув о перспективах исследования, следует целесообразно выполнить сравнительный анализ данных по признаку пола. Полученные результаты представляют ценность для практических социальных психологов с точки зрения оказания помощи молодым мужчинам, затрудняющимся в реализации своих намерений найти новое место работы из-за проблемной самоактуализации и недостаточной субъектности.

Ключевые слова

Молодые мужчины, новое место работы, самоактуализация, субъектность, особенности самоактуализации, особенности субъектности, связь субъектности и самоактуализации

Для цитирования: Цветкова Н.А. Самоактуализация и субъектность у молодых мужчин, ищущих новое место работы // Вестник университета. 2023. № 7. С. 264–272.

Self-actualization and subjectivity in young men looking for a new job

Nadezhda A. Tsvetkova

Dr. Sci. (Psy.), Chief Scientific Officer

ORCID: 0000-0003-0967-205X, e-mail: TsvetkovaNA@yandex.ru

Research Institute of the Federal Penitentiary Service, Moscow, Russia

Abstract

The study subject is self-actualization and subjectivity in men looking for work. The purpose of this research is to identify the features of their self-actualization and subjectivity. Such methods of psychodiagnostics as the “SAT” technique by E. Shostrom (adapted by Yu.E. Aleshina et al.); the “URSL” test by M.A. Shchukina were used. Taking into account the main results of the study, the author came to the conclusion that the sample as a whole revealed problematic self-actualization and a fairly high overall level of subjectivity. In 83% of respondents, self-actualization was revealed only by contact. The proportion of men who recognize the values of a self-actualizing personality was 34%. A direct close connection between self-actualization and subjectivity has been established. The field of application of the found results is the social psychology of personality (the data received are important for assessing the socio-psychological readiness of men to promptly solve the problem of employment using intrapersonal resources). Mentioning the prospects of the study, it should be advisable to perform a comparative analysis of data by gender. The results obtained are valuable for practical social psychologists in terms of helping young men who find it difficult to realize their intentions to find a new job due to problematic self-actualization and insufficient subjectivity.

Keywords

Young men, new place of work, self-actualization, subjectivity, features of self-actualization, features of subjectivity, connection of subjectivity and self-actualization

For citation: Tsvetkova N.A. (2023) Self-actualization and subjectivity in young men looking for a new job. *Vestnik universiteta*, no. 7, pp. 264–272.



ВВЕДЕНИЕ

Актуальность изучения особенностей самоактуализации и субъектности у молодых мужчин, находящихся в поиске нового места работы, может быть обоснована аргументами как объективного, так и субъективного характера. Объективно пандемия новой коронавирусной инфекции, цифровая трансформация общества, современная геополитическая обстановка в корне изменили поведение мужчин и женщин в сфере занятости. Об этом свидетельствуют многочисленные исследования, в том числе те, в которых затрагиваются проблемы трудоустройства молодых людей. Например, публикации С.Ю. Кочерги; Г.Н. Тугускиной, Л.В. Рожковой, Н.В. Корж и др. [1; 2]. И в этих трудах также дана оценка особенностям современного рынка труда. Так, по итогам анализа наиболее выраженных рыночных тенденций, проведенного акционерным обществом «РОСБИЗНЕСКОНСАЛТИНГ», был дан прогноз на 2023 г. и сделан вывод следующего характера: «Держитесь за работу, что бы ни случилось» [3]. В другом источнике информации приведены примеры 20 личностных качеств, которые работодатели ищут в резюме мужчин: «коммуникабельность, способность и желание учиться, гибкость, креативность, стремление к личностному росту, целеустремленность, инициативность, обязательность, неконфликтность, стрессоустойчивость, честность, воспитанность и такт, дисциплинированность, клиентоориентированность, трудолюбие, исполнительность, желание работать в команде, многозадачность, желание работать (мотивация), чувство юмора» [4]. Эти качества возможно разделить на те, которые являются признаками самоактуализирующейся личности (желание учиться, стремление к личностному росту, гибкость, инициативность и др.), и на те, по которым распознается ее субъектность (активность, целеустремленность, креативность и др.).

Аргументами субъективного характера, подтверждающими актуальность изучения самоактуализации и субъектности у молодых мужчин, являются их переживания из-за неоправданных ожиданий от первого места работы, от собеседований с работодателями, а также страхи и опасения, связанные с поиском нового постоянного места профессиональной занятости (желательно лучшего по ряду параметров: по заработной плате, по близости к месту жительства, по соответствию образования и уровня компетентности и др.). При этом самым главным страхом у российских мужчин и женщин в 2022 г. была боязнь вовсе не найти новую работу [5; 6].

Чтобы молодые мужчины смогли реализовать свой личностно-профессиональный потенциал в малообнадеживающей динамике рынка труда, им, вероятно, потребуются повысить уровень субъектности и использовать механизмы самоактуализации (далее – САТ). Однако следует заметить, что самоактуализация молодых мужчин мало изучена. Есть публикации, где употребляется близкое ей по значению понятие самореализации, и отмечены гендерные различия самореализации и самоактуализации [7; 8].

В прошлом веке психолог Ш. Бюллер писала: «Понятие самореализации берет начало у Ф. Ницше и К.Г. Юнга, выступает в различных вариантах у К. Хорни, Э. Фромма, К. Гольдштейна, Ф. Фромм-Райхман, А. Маслоу и других авторов, пытающихся создать всеохватывающие теории конечных жизненных целей» [9, с. 561]. Ш. Бюллер же заметила, что самоактуализация показана тем, «кто промахнулся относительно самого себя, своего предназначения» [9, с. 580]. Если в жизни все идет своим чередом, и она приносит удовлетворение, то человеку достаточно самореализации и саморазвития. Благодаря А. Маслоу, К. Роджерсу, В. Франклу, Э. Фромму и другим разработчикам этой теории стало ясно, что самоактуализация может быть глубокой (сущностной) и поверхностной; активной и пассивной; гармоничной и проблемной; энергичной и осторожной, а также, что процессу САТ препятствуют страхи, социальное давление, отсутствие мотивации, враждебность и другие факторы.

Практическую ценность представляют разработки Э. Шострома, который показал, что понятие самоактуализации является интегративным, включающим целый ряд структурных компонентов. Его методика изучения данного феномена (тест «САТ») позволяет дифференцировать индивидов с подлинной самоактуализацией (предположительно, доля таких людей в обществе составляет 68 %), с псевдо самоактуализацией и самоактуализацией, обусловленной болезненными изменениями психики (больные неврозами, а также люди, страдающие психическими расстройствами) [10]. Кроме того, есть большое количество людей, у которых в данный период жизни вовсе нет признаков САТ (у них нет потребности в самоактуализации, они самореализующиеся личности, живущие в ладу с собой и с миром, психически и статистически нормальные люди). Э. Шостром дополнил теорию самоактуализации психологией человека-манипулятора, который принципиально отличается от человека-актуализатора и самоактуализирующейся личности [10].

В практическом смысле также представляет интерес книга С.Б. Кауфмана «Путь к самоактуализации: как раздвинуть границы своих возможностей. Новое понимание иерархии потребностей Маслоу» [11].

Глубокому анализу теории самоактуализации, рассматривающей САТ в качестве движущей силы личностного развития, ее возможностей и ограничений, посвящена статья отечественного психолога Д.А. Леонтьева [12].

Следует отметить те публикации последних лет, отдельные аспекты которых помогают объяснить особенности САТ современных российских мужчин. К таким трудам можно отнести статью О.А. Толмачевой «Проблема личностной зрелости и самоактуализации»; статью С.С. Савенышева с соавторами, в которой показаны взаимосвязи САТ с психологическим благополучием и повседневным стрессом личности, а также статью Л.И. Дементия с соавторами «Уровень самоактуализации и адаптационный потенциал как копинг-ресурсы личности на этапе самореализации» [13; 7; 14].

Что касается субъектности, то эта интегративная характеристика основательно исследована как свойство индивидуума, которое возникает на определенном этапе онтогенеза, может развиваться всю жизнь и в каждом возрасте является системным качеством личности, обуславливающим специфику ее социального поведения. Как пишет О.В. Ершова, «термин „субъектность“ пришел в педагогику и психологию с работами С.Л. Рубинштейна, А.В. Брушлинского, А.Н. Леонтьева» [15, с. 113]. Методологическая основа изучения этого психологического феномена представлена в концепции человека С.Л. Рубинштейна, видевшем в индивидууме автора, режиссера и актера собственной жизни. Согласно оригинальной концепции В.А. Петровского, «критерий субъектности – соответствие между возможностями, вкладываемыми в процесс, и возможностями, аккумулируемыми в процессе достижения цели. В таком понимании „субъектность“ есть искусство обращаться со своими возможностями, обеспечивая их воспроизводство» [16, с. 86].

Касаясь темы данного исследования, под субъектностью молодых мужчин, ищущих новое место работы, понимается уровень их готовности реализовать свое решение, определяемый по 6 признакам: активность, автономность, целостность, опосредованность, креативность, самооценность [17]. Развитая субъектность будет свидетельствовать как о высоком уровне личностного развития молодых мужчин, так и об их готовности к продуктивным действиям, открывающим каждому из них новые перспективы достижения желаемого результата.

К сожалению, автору не удалось найти современных публикаций, содержащих результаты эмпирических исследований об особенностях самоактуализации и субъектности у молодых мужчин, ищущих новое место работы, а также раскрывающих характер связи САТ с субъектностью, что тоже свидетельствует об актуальности рассматриваемой темы в данном исследовании.

Цель настоящего исследования состоит в определении особенностей самоактуализации и субъектности у молодых мужчин, перед которыми встала проблема поиска нового места работы в связи с тем, что они уже оставили прежнюю работу или ее потеряли / потеряют по причине сокращения штата, а также по причине неудовлетворенности тем, чем молодые мужчины в настоящий момент времени заняты и какую заработную плату получают за свой труд.

Проверялась гипотеза о том, что для молодых мужчин (в возрасте до 30 лет) с опытом трудовой занятости, ищущих новое место работы, характерны проблемная самоактуализация и умеренный уровень субъектности.

МЕТОДЫ И ПРИНЦИПЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Выборка исследования была сформирована методом случайного подбора. Ее составили 77 мужчин в возрасте от 24 до 29 лет со стажем работы на последнем месте трудоустройства от 1 года до 7 лет. Высшее образование имели 59 мужчин (76,6 %), среднее специальное – 18 чел. (23,4 %), из них 11 чел. (61,1 %) обучались в вузах по заочной форме. Были женаты 34 чел. (46,8 %), 27 чел. (35,1 %) имели детей. Все мужчины имели опыт поиска работы, составления резюме, собеседования с работодателями и хотя бы одну ситуацию успешного трудоустройства. На момент заполнения Google Forms (первая половина 2022 г.) 36 чел. (46,8 %) искали новое место работы, будучи профессионально занятыми; 41 чел. (53,2 %) искали подходящее место для трудоустройства после увольнения. В качестве метода сбора эмпирических данных применялось психологическое тестирование. Использовались следующие методы психодиагностики: 1) опросник личностных ориентаций Э. Шострома (в адаптации Ю.Е. Алешинной и др.); 2) опросник «Уровень развития субъектности личности» М.А. Щукиной. Математико-статистическая обработка данных

осуществлялась на основе пакета MS Office Excel, IBM SPSS Statistics 23. Корреляционный анализ выполнен по r -критерию Пирсона. Использовались принципы личностно-ориентированного подхода, положения теории субъектности и теории самоактуализации.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ САМОАКТУАЛИЗАЦИИ

Особенности самоактуализации молодых мужчин, находящихся в поиске новой работы, сведены в табл. 1, представленную ниже.

Таблица 1

Особенности самоактуализации молодых мужчин, ищущих новое место работы

Виды шкал САТ	Исследуемые компоненты самоактуализации	Уровни								Показатели совокупной выборки (в стенах)
		Псевдо САТ		САТ		САТ отсутс- вует		Личностные нарушения		
		Чел.	%	Чел.	%	Чел.	%	Чел.	%	
I основная шкала	Ориентация во времени	2	2,6	8	10,4	29	37,7	38	49,3	3,8
II основная шкала	Самоподдержка	16	20,8	18	23,3	14	18,2	29	37,7	4,8
Дополнительные шкалы	1. Ценность самоактуализации	3	3,9	26	33,8	31	40,2	17	22,1	4,5
	2. Гибкость поведения	7	9,1	25	32,5	25	32,5	20	25,9	4,9
	3. Сенситивность	3	3,9	10	13,0	29	37,7	35	45,4	4,0
	4. Спонтанность	7	9,1	27	35,1	27	35,1	16	20,7	5,1
	5. Самоуважение	0	0	15	19,5	39	50,6	23	29,9	4,3
	6. Самопринятие	15	19,5	14	18,1	24	31,2	24	31,2	4,8
	7. Принятие природы человека	11	14,3	12	15,6	42	54,5	12	15,6	4,9
	8. Синергия	5	6,5	22	28,6	30	39,0	20	25,9	4,5
	9. Принятие своей агрессии	4	5,2	26	33,8	21	27,2	26	33,8	4,6
	10. Контактность	25	32,5	22	28,6	19	24,6	11	14,3	6,2
	11. Познавательные потребности	10	13,0	7	9,1	45	58,4	15	19,5	4,9
	12. Креативность	9	11,7	18	23,3	33	42,9	17	22,1	4,9
Общий уровень САТ		1	1,3	10	13,0	51	66,2	15	19,5	4,7

Примечание: 10–8 стенов – псевдосамоактуализация; 7,0–5,6 – самоактуализация; 5,5–4,5 – психическая и статистическая норма; меньше 4,0 стенов – психические нарушения (депрессия, невроз, аддикция и др.)

Составлено автором по материалам исследования

Приведенные в табл. 1 данные позволяют заключить:

1) по I основной шкале САТ ее признаки наблюдаются у 10,4 % выборки. Групповой показатель ориентации во времени является низким, причем в такой степени, что позволяет предположить наличие в выборке тех, кто страдает неврозами, депрессией или является аддиктом. Полученный результат отражает неразвитую способность жить «здесь и сейчас»; ощущать неразрывную связь прошлого, настоящего и будущего; свидетельствует о дискретном восприятии собственного жизненного пути;

2) по II основной шкале САТ ее признаки отмечены у 23,3 % выборки. Групповой показатель самоподдержки соответствует уровню психической и статистической нормы, что означает отсутствие самоактуализации, но в то же время относительную независимость мужчин в своих поступках, стремление придерживаться собственных взглядов, руководствоваться своими целями и принципами;

3) из 12-и дополнительных шкал САТ лишь шкала контактности имеет показатель уровня самоактуализации (6,2 стена). Такой показатель характеризует способность человека к быстрому установлению тесных, эмоционально насыщенных и даже глубоких контактов с людьми. Вероятно, их поиск представляется мужчинам наиболее подходящей стратегией для достижения цели трудоустройства. 32,5 % мужчин злоупотребляют такой способностью (у них зарегистрированы показатели псевдосамоактуализации), а 14,2 % респондентов ее недооценивают;

4) самым низким показателем по выборке является показатель сенситивности (4,0 стена), свидетельствующий о том, что мужчины являются малочувствительными к себе, к своим потребностям и чувствам;

5) групповой показатель общего уровня САТ (4,7 стена) соответствует психической и статистической норме, причем без малейших тенденций к самоактуализации.

Анализ выборки, распределенной по уровням самоактуализации, показывает, что:

- доля мужчин с высоким общим уровнем псевдосамоактуализации составляет 1,3 %;
- доля самоактуализирующихся мужчин равна 13 % выборки, а их САТ преимущественно происходит путем повышения спонтанности, признания ценностей самоактуализирующейся личности, принятия своей агрессии, гибкости поведения;
- доля мужчин, чьи показатели общего уровня САТ находятся в пределах психической и статистической нормы, составляет 66,2 %; из 12 частных признаков САТ у них преимущественно развиты познавательные потребности, понимание природы человека, самоуважение;
- доля мужчин с признаками психических нарушений составляет 19,5 %, при этом наиболее характерными для них нарушениями являются ориентация во времени, сенситивность, самоподдержка, а также принятие своей агрессии, низкий показатель которой демонстрирует невысокую способность личности принимать проявления своих отрицательных эмоций (раздражения, злости, гнева и др.).

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ОСОБЕННОСТЕЙ СУБЪЕКТНОСТИ

Показатели особенностей субъектности молодых мужчин, находящихся в поиске нового места работы, представлены ниже в табл. 2.

Таблица 2

Особенности субъектности молодых мужчин, ищущих новое место работы

Структурные компоненты субъектности	Уровни						Средние показатели по выборке (до 10 стенов)
	Высокий		Средний		Низкий		
	чел.	%	чел.	%	чел.	%	
1. Активность / реактивность	29	37,7	40	51,9	8	10,4	6,9
2. Автономность / зависимость	21	27,3	46	59,7	10	13,0	6,7
3. Целостность / неинтегративность	21	27,3	49	63,6	7	9,1	6,8
4. Опосредованность / непосредственность	29	37,7	46	59,7	2	2,6	7,1
5. Креативность / репродуктивность	31	40,3	44	57,1	2	2,6	7,2
6. Самоценность / малоценность	33	42,9	35	45,4	9	11,7	7,1
Общий уровень субъектности	19	24,7	57	74,0	1	1,3	7,2

Составлено автором по материалам исследования

Приведенные в табл. 2 данные отражают следующие особенности субъектности молодых мужчин, ищущих новое место работы:

1) групповой показатель общего уровня субъектности относится к области высоких значений (7,2 стена). Доля мужчин с высоким общим уровнем субъектности составляет почти четверть выборки (24,7 %); у основной части обследованных (74 %) выявлен умеренный общий уровень ее развития с тенденцией к увеличению; в выборке оказался 1 мужчина с низким общим уровнем субъектности (1,3 %);

2) в структуре субъектности высокоразвитыми компонентами являются креативность, самоценность и опосредованность; умеренно развитыми – активность, целостность и автономность, однако их групповые показатели тяготеют к высокому уровню;

3) в обследованной группе значительную долю составляют мужчины с высоким уровнем самооценности (42,9 %) и креативности (40,3 %);

4) основная проблема в развитии субъектности обследованных мужчин, очевидно, связана с их зависимостью (13 %), с ощущением собственной малоценности (11,7 %), с реактивностью вместо активности (10,4 %) и с неинтегративностью вместо целостности (9,1 %).

В результате корреляционного анализа данных обнаружена тесная связь показателей двух базовых шкал САТ на уровне высокой значимости ($p \leq 0,01$) с показателями субъектности. Так, первый основной показатель САТ «компетентность во времени» прямо коррелирует с частными показателями субъектности, такими как «активность/реактивность», «автономность/зависимость», «креативность /репродуктивность», «самоценность/малоценность» и с общим уровнем субъектности ($r = 0,561$; $r = 0,564$; $r = 0,599$; $r = 0,547$; $r = 0,608$). Это означает, что, чем выше у мужчин показатель компетентности во времени, тем они активнее, повышается их автономность, креативность и самооценность. Второй основной показатель САТ «самоподдержка» тоже прямо коррелирует с такими частными показателями субъектности, как «активность/реактивность», «автономность/зависимость», «креативность /репродуктивность», «самоценность /малоценность» и с общим уровнем субъектности ($r = 0,538$; $r = 0,408$; $r = 0,545$; $r = 0,426$; $r = 0,471$). Это означает, что, чем меньше поведение мужчин зависит от внешних воздействий, тем активнее они себя проявляют, тем выше их автономность, креативность и самооценность. Показатель общего уровня САТ прямо коррелирует с показателем общего уровня субъектности ($r = 0,603$). Следовательно, можно обнаружить выраженную закономерность: высокой самоактуализации сопутствует высокая субъектность и наоборот.

ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ

Обобщая все вышеуказанное, следует сделать несколько выводов по результатам исследования.

1. Мужчины, ищущие новое место работы, по общему уровню самоактуализации не являются однородной группой. В такой группе основную долю (около 66 %) составляют те, чьи показатели общего уровня САТ находятся в пределах психической и статистической нормы. Признаков САТ у этих мужчин нет, однако в пределах нормы они выделяются познавательными потребностями, пониманием природы человека, самоуважением. Вероятно, такие респонденты до определенного момента времени не нуждались в самоактуализации. Но ситуация изменилась, а психологические особенности этих мужчин остались прежними и, как выяснилось, не в той степени соответствующими запросам работодателей, в какой возможно быстро получить подходящую работу. Около 20 % приходится на долю мужчин с признаками психических нарушений, определяемых по совокупности таких низких показателей, как «ориентация во времени», «сенситивность», «самоподдержка», «принятие своей агрессии» и др. 13 % составляют самоактуализирующиеся мужчины, САТ которых преимущественно происходит посредством повышения спонтанности, признания ценностей самоактуализирующейся личности, принятия своей агрессии, гибкости поведения; чуть более 1% – это доля, приходящаяся на мужчину с псевдосамоактуализацией.

2. У мужчин обнаружен единственный общегрупповой признак САТ – «контактность». Причем более половины мужчин делают упор на этот показатель, а более 32 % мужчин злоупотребляют им (у таких мужчин прослеживается псевдосамоактуализация).

3. Респонденты оказались наиболее уязвимыми по сенситивности: ее показатель зарегистрирован на границе нормы/патологии, что свидетельствует о недооценке молодых мужчин своих потребностей и чувств.

4. Выборка характеризуется высоким общим уровнем субъектности и умеренным уровнем с тенденцией к увеличению, в структуре которых доминируют креативность (7,2 стена), самооценность и опосредованность (по 7,1 стени соответственно).

5. Развитие субъектности у мужчин преимущественно сдерживают их зависимость (13 % респондентов), ощущение собственной малоценности (11,7 %), реактивность и неинтегративность (10,4 %).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Результаты проведенного исследования позволяют заключить, что самоактуализация мужчин с опытом трудовой деятельности, находящихся в поиске нового места работы, может быть охарактеризована как проблемная. Основную трудность для 83 % респондентов составляет самоактуализация только по признаку «контактность»; из них ценности самоактуализирующейся личности считают важными для себя лишь около 34 %, но работодатели ищут сотрудников с явными признаками САТ. Групповой по-

казатель субъектности оказался высоким. И у большинства мужчин обнаружены высокие и тяготеющие к высокому уровню частные показатели субъектности, но при этом признаки самоактуализации отмечены лишь у 13 % молодых мужчин. Таким образом, выдвинутая в начале исследования гипотеза подтвердилась относительно проблемной самоактуализации; результаты по поводу субъектности несколько превзошли предположение. Обнаруженная тесная связь между САТ и субъектностью позволяет спрогнозировать позитивное завершение ситуации у большинства обследованных мужчин. Однако очевидно, что им предстоит серьезно заняться самосовершенствованием, чтобы оказаться успешными на рынке труда. Субъектность – предпосылка успеха, и у большинства из респондентов она сформирована, но без САТ им достичь желаемого вряд ли получится. Доказано, что именно субъектность является базовой предпосылкой сущностной самоактуализации.

Библиографический список

1. Кочерга С.Ю. Трудоустройство молодежи: особенности, проблемы, пути решения. *Вестник экспертного совета*. 2021;4(27): 52–56.
2. Тугускина Г.Н., Рожкова Л.В., Корж Н.В. Молодежь на рынке труда в современных условиях: проблемы трудоустройства и занятости. *Известия ВУЗов. Поволжский регион. Общественные науки*. 2021;4(60):67–77. <https://doi.org/10.21685/2072-3016-2021-4-7>.
3. Infox.ru (8 ноября 2022). *Найти работу в 2023 году: даже не пытайтесь, исключений мало*. <https://www.infox.ru/news/271/286276-najti-rabotu-v-2023-godu-daze-ne-pytajtes-isklucenij-malo/print> (дата обращения: 03.05.2023).
4. Master-Resume. *Личностные качества в резюме – примеры для мужчины*. <https://master-resume.com/lichnye-kachestva-v-rezyume/lichnye-kachestva-v-rezyume-primery-dlya-muzhchiny> (дата обращения: 05.05.2023).
5. Информационный сайт «Наша Психология». Шабшин И. (29 января 2021). *Чего боятся мужчины? Работа*. <https://www.psyh.ru/chego-boyatsya-muzhchiny-rabota/> (дата обращения: 05.05.2023).
6. Известия (9 сентября 2022). *Стали известны главные страхи россиян при поиске работы*. <https://iz.ru/1393022/2022-09-09/stali-izvestny-glavnye-strakhi-rossiian-pri-poiske-raboty> (дата обращения: 06.05.2023).
7. Савенышева С.С., Головей Л.А., Петраш М.Д., Стрижницкая О.Ю. Самоактуализация, психологическое благополучие и повседневный стресс в период взрослости. *Вестник Кемеровского государственного университета*. 2019;1(77):130–140. <https://doi.org/10.21603/2078-8975-2019-21-1-130-140>
8. Плотникова Е.С., Гордеева В.В. *Гендерные различия самореализации и самоактуализации*. АНП: педагогика и психология. 2020;2(31):358–362. <https://doi.org/10.26140/anp-2020-0902-0087>
9. Buhler Ch. Theoretical Observations about life's basic tendencies. *American Journal of Psychotherapy*. 1959;3(13):561–581.
10. Шостром Э. *Человек-манипулятор. Внутреннее путешествие от манипуляции к актуализации*. М.: Апрель-Пресс; 2004. 190 с.
11. Кауфман С.Б. Путь к самоактуализации: как раздвинуть границы своих возможностей. *Новое понимание иерархии потребностей Маслоу*. М.: Альпина Паблишер; 2021. 529 с.
12. Леонтьев Д.А. Самоактуализация как движущая сила личностного развития: историко-критический анализ. *Современная психология мотивации*. М.: Смысл; 2002. С. 13–46.
13. Толмачева О.А. Проблема личностной зрелости и самоактуализации. Гуманистический взгляд. *Психология и психотехника*. 2015;6:602–610. <https://doi.org/10.7256/2070-8955.2015.6.15110>
14. Дементий Л.И., Маленов А.А., Маленова А.Ю. Уровень самоактуализации и адаптационный потенциал как копинг-ресурсы личности на этапе самореализации. *Сибирский психологический журнал*. 2020;78:80–98. <https://doi.org/10.17223/17267080/78/5>
15. Ершова О.В. Понятие субъектности. *Актуальные проблемы гуманитарных и социально-экономических наук*. 2018;6(12):113–115.
16. Петровский В.А. Субъектность как состоятельность. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*. 2015;3(12):86–130.
17. Щукина М.А. Опросник «Уровень развития субъектности личности (УРСЛ)»: руководство по применению: методическое пособие. Тюмень: Тюменский государственный университет; 2005. 45 с.

References

1. Kocherga S.Y. Youth employment: features, problems, solutions. *Bulletin of the Expert Council*. 2021;4(27): 52–56 (In Russian).
2. Tuguskina G.N., Rozhkova L.V., Korzh N.V. Youth on the labor market in modern conditions: problems of employment and employment. *News of universities. Volga region. Social sciences*. 2021;4(60):67–77. <https://doi.org/10.21685/2072-3016-2021-4-7> (In Russian).

3. Infox.ru (The 8th of November, 2022). *Find a job in 2023: don't even try, there are few exceptions*. <https://www.infox.ru/news/271/286276-najti-rabotu-v-2023-godu-daze-ne-pytajtes-isklucenij-malo/print> (accessed 03.05.2023) (In Russian).
4. Master-Rezume. *Personal qualities in a resume are examples for a man*. <https://master-rezume.com/lichnye-kachestva-v-rezyume/lichnye-kachestva-v-rezyume-primery-dlya-muzhchiny> (accessed 05.05.2023) (In Russian).
5. Information website “Nasha Psikhologiya”. Shabshin I. (The 29th of January, 2021). *What are men afraid of? Work*. <https://www.psyh.ru/chego-boyatsya-muzhchiny-rabota/> (accessed 05.05.2023) (In Russian).
6. Izvestiya (The 9th of September, 2022). *The main fears of Russians when looking for a job have become known*. <https://iz.ru/1393022/2022-09-09/stali-izvestny-glavnye-strakhi-rossiian-pri-poiske-raboty> (accessed 06.05.2023) (In Russian).
7. Savenysheva S.S., Golovey L.A., Petrash M.D., Strizhitskaya O.Yu. Self-actualization, psychological well-being and everyday stress during adulthood. *Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta*. 2019;1(77):130–140. <https://doi.org/10.21603/2078-8975-2019-21-1-130-140> (In Russian).
8. Plotnikova E.S., Gordeeva V.V. Gender differences of self-realization and self-actualization. *ANI: pedagogy and psychology*. 2020;2(31):358–362. <https://doi.org/10.26140/anip-2020-0902-0087> (In Russian).
9. Buhler Ch. Theoretical Observations about life's basic tendencies. *American Journal of Psychotherapy*. 1959;3(13):561–581.
10. Shostrom E. *The manipulator man. The inner journey from manipulation to actualization*. Moscow: April-Press; 2004 (In Russian).
11. Kaufman S.B. *The path to self-actualization: How to push the boundaries of your capabilities. A new understanding of Maslow's hierarchy of needs*. Moscow: Alpina Publisher; 2021 (In Russian).
12. Leontiev D.A. *Self-actualization as a driving force of personal development: historical and critical analysis. Modern psychology of motivation*. Moscow: Sense; 2002. Pp. 13–46 (In Russian).
13. Tolmacheva O.A. The problem of personal maturity and self-actualization. A humanistic view. *Psychology and psychotechnics*. 2015;6:602–610. <https://doi.org/10.7256/2070-8955.2015.6.15110> (In Russian).
14. Dementii L.I., Malenov A.A., Malenova A.Yu. The level of self-actualization and adaptive potential as coping resources of the individual at the stage of self-realization. *Siberian Psychological Journal*. 2020;78:80–98. <https://doi.org/10.17223/17267080/78/5> (In Russian).
15. Ershova O.V. The concept of subjectivity. *Actual problems of humanities and socio-economic sciences*. 2018;6(12):113–115 (In Russian).
16. Petrovsky V.A. Subjectivity as consistency. *Psychology. Journal of the Higher School of Economics*. 2015;3(12):86–130 (In Russian).
17. Shchukina M.A. *Questionnaire “The level of development of personality subjectivity (URSL)”: application guide: methodical manual*. Tyumen: Tyumen State University; 2005 (In Russian).