

**Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ДРУЖБЫ НАРОДОВ ИМЕНИ  
ПАТРИСА ЛУМУМБЫ»**

*На правах рукописи*

**Беляева Евгения Николаевна**

**ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ  
САМОРЕАЛИЗАЦИИ СПЕЦИАЛИСТОВ ИНФОРМАЦИОННЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ**

Специальность: 5.3.1. Общая психология, психология личности,  
история психологии (психологические науки)

**ДИССЕРТАЦИЯ**  
на соискание ученой степени  
кандидата психологических наук

Научный руководитель:  
доктор психологических наук, профессор  
**Кудинов Сергей Иванович**

Москва  
2025

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ.....</b>	<b>4</b>
<b>ГЛАВА 1. ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМЫ САМОРЕАЛИЗАЦИИ В НАУЧНОЙ ЛИТЕРАТУРЕ .....</b>	<b>19</b>
1.1. Теоретическое обоснование проблемы самореализации .....	19
1.2. Современные подходы к исследованию проблематики самореализации в научной литературе .....	39
1.3. Индивидуально-психологические предпосылки профессиональной самореализации личности .....	55
Выводы по первой главе .....	68
<b>ГЛАВА 2. ВЫДЕЛЕНИЕ И ОБОСНОВАНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНО- ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ТИПОЛОГИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ САМОРЕАЛИЗАЦИИ СПЕЦИАЛИСТОВ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ.....</b>	<b>71</b>
2.1. Организация эмпирического исследования и характеристика методик ..	71
2.2. Выделение и обоснование индивидуально-типологических предпосылок самореализации личности ИТ-специалистов .....	78
2.3. Сравнительный анализ индивидуально-типологических особенностей ИТ-специалистов .....	89
Выводы по второй главе .....	104
<b>ГЛАВА 3. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ САМОРЕАЛИЗАЦИИ ИТ-СПЕЦИАЛИСТОВ С РАЗНЫМИ ИНДИВИДУАЛЬНО- ПСИХОЛОГИЧЕСКИМИ ОСОБЕННОСТЯМИ .....</b>	<b>108</b>
3.1. Специфика самореализации ИТ-специалистов с интровертированно- уверенным типом индивидуальности .....	108

3.2. Особенности самореализации у ИТ-специалистов с экстравертированно-активным профилем индивидуальных особенностей .....	117
3.3. Характеристика самореализации специалистов с экстравертированно-просоциальным типом индивидуальности .....	124
3.4. Сравнительный анализ самореализации ИТ-специалистов с разными типами индивидуальности .....	132
Выводы по третьей главе.....	139
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....</b>	<b>143</b>
<b>СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.....</b>	<b>147</b>
<b>ПРИЛОЖЕНИЯ .....</b>	<b>167</b>

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность темы исследования.** В последние десятилетия наблюдается новый виток развития человеческой мысли и технического прогресса. Начиная с 70-х гг. XX в. общество постепенно трансформировалось из индустриального в постиндустриальное. Информационные технологии (ИТ) радикально изменили наш мир, и такие перемены рассматриваются многими авторами как четвертый виток научно-технической революции [31, 41, 104].

В период глобальной цифровизации и интенсивных преобразований современного общества, вызванных интеграцией информационных технологий во все сферы жизнедеятельности, особую актуальность приобрели ИТ-профессии, заняв ведущие позиции на рынке труда. С увеличением интереса к ИТ-специальностям значительно расширились требования к самим участникам профессиональной деятельности. В настоящее время ИТ-специалисты сталкиваются с комплексом внешних вызовов, для ответа на которые необходимы непрерывное профессиональное совершенствование, развитие функциональных компетенций и профессионально важных личностных качеств, готовность к постоянным изменениям и новациям, что приводит к увеличению информационной и психоэмоциональной нагрузки, вызывает переутомление, усталость и негативно сказывается на психофизическом здоровье. Все это может приводить к снижению субъектного потенциала к самореализации ИТ-специалистов, создавать барьеры в достижении эффективного самоосуществления.

Наряду с ИТ-специалистами работодатели также испытывают ряд сложностей, в том числе вызванных необходимостью соблюдать баланс между предъявлением высоких требований к профессиональным навыкам и личностным качествам действующих и потенциальных сотрудников и необходимостью создания условий для обеспечения их профессионального благополучия, удовлетворенности от процесса и результата труда, успешного самоосуществления. Необходимость формирования комплекса мер для

обеспечения эффективной самореализации ИТ-специалистов требует особого научно-исследовательского внимания со стороны психологов [164, 169].

Успешность самореализации субъекта профессиональной деятельности обусловлена не только совокупностью знаний и умений, но и определенным набором индивидуально-личностных характеристик, в частности особенностями мотивационной и эмоционально-волевой сфер, навыками саморегуляции и критичности при осуществлении поведения и деятельности [47, 56, 63, 115]. В этом контексте актуализируется потребность в комплексном анализе проблемы индивидуально-психологической специфики самореализации ИТ-специалистов [11, 28, 30].

**Состояние научной разработанности темы исследования.** Анализ подходов зарубежных и отечественных авторов к проблеме самореализации позволяет сделать вывод о недостаточной ее разработанности. В западном научном сообществе психологический аспект самореализации опирается в большей мере на гуманистический и экзистенциальный подходы (Д. Бьюдженталь, К. Гольдштейн, А. Маслоу, К. Роджерс и др.). В отечественной психологии теоретико-методологические основы для исследования вопросов самореализации личности заложены К. А. Абульхановой-Славской, Б. Г. Ананьевым, Г. А. Асмоловым, В. В. Давыдовым, С. Л. Рубинштейном, Л. С. Выготским. Несмотря на длительную историю исследования, научному сообществу не удалось прийти к единой концепции самореализации. Недостаточная определенность феномена самореализации определяет методологическую проблему его изучения.

В настоящий момент имеют место не только теоретические разночтения концептуального характера, связанные с сущностью самореализации и механизмами ее осуществления, но и касающиеся факторов и предпосылок, детерминирующих эффективность самореализации, что усложняет объективный анализ данного феномена.

Важной характеристикой современного подхода к разработке проблемы самореализации личности является ее изучение в русле системной парадигмы (Э. В. Галажинский, Л. А. Коростылева, С. И. Кудинов, С. С. Кудинов, М. И. Кущазли, Н. П. Авдеев, А. И. Позин, К. В. Архипочкина, С. С. Белоусова, С. Р. Айбазова, И. В. Костакова, Е. А. Денисова, И. В. Кулагина и др.), в рамках которой многообразие личностных образований и характеристик рассматривается комплексно, что дает возможность для всестороннего анализа индивидуального своеобразия самореализации.

В последние годы работы отечественных исследователей, посвященных самореализации, затрагивают следующие проблемы: самореализация в период образовательной деятельности (М. С. Завьялова [44], К. М. Лопачева, Г. А. Романова, И. В. Штанько [98], Э. Г. Патрикеева, Т. В. Калинина [112], Е. С. Плотникова, Т. В. Борзова [119], А. В. Скрипкина, Н. Р. Туравец, Е. Н. Щеголихин [131]); специфика самореализации в разные возрастные периоды (Н. Г. Крылова, С. А. Хазова [70], Ю. В. Обухова, В. Е. Шабалина [106], Н. С. Шипова [149], И. Б. Кудинова, С. С. Белоусова [90], И. В. Кулагина [92], О. Н. Чигинцева [146]), Е. М. Бетина [22], М. А. Зыскина [47]); самореализация личности в спорте (С. К. Багадирова [12], Л. Г. Уляева, Т. Д. Дубовицкая, А. В. Шашков [136]), взаимосвязь самореализации, самоактуализации и самоэффективности (О. Л. Пантелеева [111], Т. П. Опекина, Н. Т. Шипова [107], Е. С. Плотникова [118]), гендерные особенности самореализации (Т. В. Жабаква, А. В. Ворожейкина [43], Р. Р. Исхакова, Т. Л. Смолина [51], И. В. Михеева, Ю. В. Шведенко [101], А. А. Печерская [116]).

Ряд исследований посвящен специфике профессиональной самореализации (Е. Л. Афанасенкова, Н. Н. Васягина [10], А. О. Бурцев [22], Ю. В. Владимирова [26], Л. А. Гордеева [35], Р. И. Канунников [53], К. Д. Катькало [53], И. В. Костакова, С. С. Белоусова [64], Н. И. Давыдова, С. С. Кудинов [77], И. В. Кулишевская [93], А. С. Сергиенко [128],

Е. Ю. Шогорева [151] и др.), а также раскрывает особенности самореализации студентов ИТ-специальностей как будущих участников трудовой деятельности (А. М. Балыкина [15], Л. Н. Бахтиярова [19], С. А. Балунова [19], Л. Ф. Насейкина [103]).

Несмотря на особое внимание со стороны исследователей к теме профессионального становления и самоосуществления субъекта деятельности, проблема самореализации личности в контексте субъектной детерминированности далека от решения и требует дальнейшей разработки. Кроме того, среди работ, посвященных проблеме самореализации в разрезе различных видов профессиональной деятельности, практически отсутствуют данные о специфике самореализации представителей цифровых профессий.

В данном контексте отчетливо просматривается **противоречие**, заключающееся в том, что, с одной стороны, в современном обществе существует выраженная потребность в квалифицированных кадрах, инновационной системе профессиональной подготовки ИТ-специалистов и разработке программ психологического сопровождения процесса самореализации в условиях информационно-компьютерной деятельности, а с другой – отмечается пробел в исследовании специфики самоосуществления ИТ-специалистов во взаимосвязи с их индивидуально-психологическими характеристиками. Выявленное противоречие обуславливает **проблему исследования**, которая определяется необходимостью комплексного изучения индивидуально-психологических особенностей самореализации ИТ-специалистов в контексте системной парадигмы.

**Цель исследования** – теоретическое обоснование и эмпирическое выявление индивидуально-типологических особенностей самореализации ИТ-специалистов.

**Объект исследования** – самореализация как системное образование личности.

**Предмет исследования** – специфика самореализации специалистов в сфере информационных технологий с различными индивидуально-психологическими особенностями.

**Гипотезы исследования:**

1. В качестве индивидуально-личностных предпосылок самореализации специалистов цифровой сферы выступают эмоционально-поведенческие характеристики в сочетании с определенными копинг-стратегиями.

2. Совокупность определенных индивидуальных и личностных качеств специалистов цифровой сферы образует избирательную индивидуально-типологическую предрасположенность к специфике самореализации субъектов деятельности.

3. В качестве триггера успешности самореализации специалистов цифровой сферы выступают доминантно выраженные субъектно-личностные установки, интернальная саморегуляция и поведенческая усидчивость.

Для достижения указанной цели и проверки гипотез исследования поставлены следующие практические **задачи**:

1) провести теоретический обзор представлений, этапов исследования процесса самореализации личности в работах отечественных и зарубежных психологов и описать психологическую сущность данного феномена;

2) систематизировать теоретические подходы к проблеме исследования самореализации специалистов информационных технологий;

3) эмпирически выявить и обосновать типологию индивидуально-психологических характеристик специалистов информационных технологий;

4) установить особенности самореализации специалистов информационных технологий с разными типами индивидуальности;

5) вскрыть и охарактеризовать психологическую структуру самореализации у субъектов с разными индивидуально-психологическими особенностями, установить общее и специфическое в ее содержании.

**Теоретической и методологической основой работы** послужили основные подходы, концепции, теоретические положения и базовые принципы, разработанные известными зарубежными и отечественными учеными:

– субъектно-деятельностный подход (А. Н. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн) и современный историко-эволюционный подход в психологии (А. Г. Асмолов), позволяющие заключить, что самореализация, с одной стороны, обеспечивает качество выполняемой деятельности, а с другой – максимально выражается в этой деятельности;

– принцип системности, согласно которому самореализация является многомерным психологическим образованием со сложной функционально-структурной организацией (реализуется в работах Б. Ф. Ломова, В. С. Мерлина, К. А. Абульхановой-Славской, В. А. Барабанщикова, А. И. Крупнова, С. И. Кудинова и др.);

– современные исследования самореализации личности в русле полисистемного подхода (С. Р. Айбазова, К. В. Архипочкина, Н. П. Авдеев, Е. А. Денисова, И. В. Кулагина, И. В. Костакова, С. И. Кудинов, С. С. Кудинов, Чжан Тэн, Чжан Пэн Хао, Х. С. Муххамад, И. В. Михеева, С. С. Белоусова, З. Р. Хайрова и др.).

В исследовании процесса самореализации ИТ-специалистов использованы концептуальные идеи, разработанные Л. И. Анциферовой, Э. В. Галажинским, М. Р. Гинзбургом, К. Гольдштейном, В. В. Горбачевой, И. Д. Егорычевой, Е. И. Исаевым, Р. А. Зобовым, В. Н. Келасьевым, Л. А. Коростылевой, Г. Г. Кравцовым, А. Маслоу, В. Г. Мараловым, Т. А. Полозовой, В. И. Слободчиковым, К. Роджерсом, Е. В. Селезневой, Э. Фроммом, К. Хорни, М. А. Щукиной, Д. Б. Элькониным, Э. Эриксоном.

При изучении особенностей компьютерной деятельности акцент смещен на концепции, разрабатываемые такими исследователями, как Н. В. Борисов, Е. А. Горячева, А. В. Войскунский, В. А. Макаров, А. И. Ракилов, Н. Е. Рубцова, В. С. Степина, А. В. Чугунов, Э. Н. Чураев, С. Б. Цымбаленко.

**Методы и методики исследования.** Для решения поставленных задач и подтверждения гипотез использован набор взаимодополняющих методов, соответствующих предмету исследования, таких как методы теоретического анализа и обобщения научной литературы, относящейся к предмету исследования; эмпирические методы; методы статистической обработки данных (коэффициент ранговой корреляции Спирмена  $r$ , коэффициенты сравнения независимых выборок  $U$ -критерий Манна – Уитни и  $H$ -критерий Краскела – Уоллиса для определения статистически достоверных различий при уровне значимости  $p < 0,05$ , кластерный анализ по методу  $k$ -средних, факторный анализ варимакс методом); качественная обработка и анализ полученных данных, основанная на сопоставлении, выраженности и доминировании. Для обработки результатов исследования использовался статистический пакет SPSS 13.0, для визуализации данных – Python-библиотека Matplotlib.

Для исследования индивидуально-типологических и личностных особенностей специалистов, осуществляющих информационно-компьютерную деятельность, использовались опросники-самоотчета: «Индивидуально-типологический опросник – ИТО» (Л. Н. Собчик), «Личностный опросник – ЕРІ» (Г. Айзенк), опросник «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций – SACS» (С. Хобфолл). При изучении особенностей подструктуры самореализации ИТ-специалистов с различными типами индивидуально-психологических особенностей применялся «Многомерный опросник самореализации личности – МОСЛ» (С. И. Кудинов, С. С. Кудинов).

**Научная новизна результатов, полученных лично соискателем, и их отличие от данных других исследований состоят в том, что:**

1. На основе анализа концептуальных подходов уточнено понятие «профессиональная самореализация». В настоящем исследовании указанное понятие интерпретируется как объективизация профессионально-личностного потенциала субъекта при выполнении деятельности, обеспечивающее качество ее выполнения и удовлетворенность процессом и результатом труда.

2. Установлено, что совокупность доминирующих качеств у субъектов деятельности образуют интровертированно-уверенный, экстравертированно-активный и экстравертированно-просоциальный типы индивидуальности, обуславливающие специфику деятельности, поведения и межличностного взаимодействия. У специалистов с интровертированно-уверенным типом ключевой характеристикой выступает интроверсия в сочетании со стеничностью и агрессивным копингом, формирующая уверенную модель поведения. Для специалистов с экстравертированно-активным типом характерно доминирование в личностном профиле черты «экстраверсия», а также склонность к реализации активной линии преодолевающего поведения, обусловленная редукцией пассивной модели совладания. У специалистов с экстравертированно-просоциальным типом индивидуальности ведущей чертой является экстраверсия, в репертуаре проблеморазрешающих стратегий преобладает социально ориентированный копинг.

3. Определено, что в структурной организации выделенных типов индивидуальности существуют отличительные особенности. В интровертированно-уверенном типе системообразующую плеяду образует взаимосвязь лабильности и интроверсии с параметрами «ригидность», «сензитивность», «тревожность». Замкнутость и малообщительность в сочетании с чувствительностью к средовым воздействиям, конкуренции, критике обуславливают формирование поведенческой модели, демонстрирующей стремление к самосовершенствованию, преодолению кризисных ситуаций посредством собственных усилий и настойчивости в достижении эффективного самоосуществления. В экстравертированно-активном типе основу структурной организации представляет взаимосвязь экстраверсии, тревожности, лабильности, ригидности и сензитивности. Потребность в активном самовыражении усиливает эмоциональную нестабильность, при этом совладание с ситуациями кризиса происходит не посредством обращения к социальной поддержке, а путем реализации прямой линии поведения, характеризующейся упрямством, импульсивностью,

стремлением к достижению сиюминутного результата без оценки возможных негативных последствий своих действий, что ограничивает возможности самореализации. В экстравертированно-просоциальном типе зафиксированы доминирующие связи между показателями экстраверсии, стеничности, тревожности и лабильности. Выраженная эмоциональная нестабильность в сочетании со стремлением к активному взаимодействию с социальной средой может приводить к конфликтности и снижению адаптивности поведения, что не способствует успешному самоосуществлению.

4. Выявлено, что наиболее успешно самореализация осуществляется у специалистов с интровертированно-уверенным типом индивидуальности вследствие проявления у них субъектно-личностных установок, поведенческой усидчивости и интернального типа саморегуляции. У представителей данного типа обнаружены наиболее высокие показатели по всем трем видам самореализации: личностной, социальной и профессиональной, а также по общему уровню самореализации личности. Структура самореализации экстравертированно-просоциального типа характеризуется выраженностью конструктивности поведения, а также социальных барьеров – установок личности, которые не способствуют эффективности процесса самореализации. Наибольшие затруднения в самореализации испытывают специалисты экстравертированно-активного типа, что отражается в самом низком показателе интенсивности самоосуществления. Несмотря на выраженность компонента активности, в данном типе наблюдается недостаток других параметров самореализации, что в сочетании с высоким уровнем пессимистичности препятствует успешности самовыражения.

5. Доказано, что в психологической структуре самореализации специалистов с интровертированно-уверенным типом ключевые позиции занимают устойчивые связи между мотивационно-смысловыми и инструментально-стилевыми характеристиками, определяющие

интенсивность самовыражения субъекта профессиональной деятельности. У специалистов с экстравертированно-активным типом индивидуальности в структуре самореализации системообразующие прямые связи образуют «деструктивность» с мотивацией и социальными барьерами, и обратные – с конструктивностью, что ограничивает возможности самореализации и приводит к неуспеху процесса самовыражения. В структурной организации самореализации специалистов с экстравертированно-просоциальным типом ведущие позиции занимает прямая связь субъектно-личностных установок с экстернальностью, консервативностью и отрицательная – с показателем конструктивности, свидетельствующая о стереотипности способов и приемов самовыражения, слабой самостоятельности и низкой результативности самореализации.

**Теоретическая значимость работы** обусловлена тем, что полученные данные:

- дополняют, углубляют и конкретизируют знания о самореализации личности как многомерном образовании, расширяя пространство его понимания в психологии личности, общей и дифференциальной психологии;
- изучают концептуальные основы самореализации личности специалистов информационных технологий с интеграцией методологического, теоретического, эмпирического уровня системного анализа данных;
- определяют специфику детерминированности самореализации специалистов информационных технологий с разными типами индивидуальности;
- вносят существенный вклад в понимание общих и специфических закономерностей индивидуально-личностной обусловленности профессиональной самореализации специалистов информационных технологий.

**Практическая значимость исследования** состоит в том, что выявленная индивидуально-психологическая типология личности

послужит основой для разработки оптимизирующих программ, направленных на развитие профессионально важных качеств у специалистов цифровой сферы.

Установленная взаимосвязь индивидуально-личностного профиля и самореализации ИТ-специалистов выступает индикатором для развития индивидуально-личностных качеств, обеспечивающих успешность самовыражения субъектов в профессиональном пространстве.

Результаты, полученные в ходе теоретико-эмпирического исследования, представляют ценность в контексте преподавания психологических дисциплин. Систематизированный теоретический материал и результаты эмпирического исследования могут успешно использоваться в учебных целях при разработке специальных курсов, а также при подготовке и проведении лекционных и практических занятий по общей психологии и психологии личности.

**Эмпирическая база исследования.** В исследовании приняли участие 154 специалиста – сотрудники ведущих российских ИТ-компаний (г. Москва): разработчики, системные и бизнес-аналитики, специалисты по ручному и автоматизированному тестированию, специалисты технической поддержки, руководители ИТ-проектов. Возрастной диапазон респондентов составил 22–44 года. Распределение по полу: 112 мужчин и 42 женщины.

#### **Основные этапы исследования.**

Первый этап (2021–2022 гг.) – теоретический анализ психологической и философской литературы с целью понимания и комплексного изучения проблемы феномена самореализации, ее детерминированности личностными особенностями. Обоснование основных параметров эмпирического исследования – его цель, гипотезы, предмет, методология.

Второй этап (2022–2023 гг.) – разработка дизайна, программы исследования, подбор диагностических методик, отвечающих целям исследования, проведение пилотажного исследования.

Третий этап (2023–2024 гг.) – проведение эмпирического исследования, количественного и качественного анализа данных, их интерпретация, оформление полученных теоретических и практических результатов.

### **Положения, выносимые на защиту**

1. Профессиональная самореализация представляет собой процесс самовыражения индивидуально-личностных и профессионально важных качеств и компетенций субъекта деятельности при выполнении профессиональной деятельности, обеспечивающий качество ее выполнения.

2. Совокупность доминирующих индивидуально-личностных качеств у субъектов деятельности образует интровертированно-уверенный, экстравертированно-активный и экстравертированно-просоциальный типы индивидуальности, обуславливающие специфику деятельности, поведения и межличностного взаимодействия. В качестве основы интровертированно-уверенного типа выступает интроверсия в сочетании со стеничностью и агрессивным копингом, обеспечивающая уверенную модель поведения. Экстравертированно-активный тип индивидуальности отличает доминирование экстраверсии и прямой линии поведения с выраженным компонентом эмоциональной нестабильности. Для экстравертированно-просоциального типа индивидуальности характерна совокупность показателей экстраверсии и социально ориентированного копинга, определяющая формирование зависимого поведения.

3. Имеются различия в выраженности и доминировании отдельных профессионально-личностных качеств у ИТ-специалистов в выделенных типах индивидуальности. В интровертированно-уверенном типе доминирующими являются сочетание замкнутости и чувствительности к неудачам с педантичностью, консервативностью, приверженностью стабильным паттернам поведения. Экстравертированно-активный тип отличается сочетанием общительности, потребности в активном самовыражении с тревожностью, эмоциональной неустойчивостью, при этом процесс целедостижения реализуется посредством прямой линии поведения

с проявлением упрямства, импульсивности, нацеленности на сиюминутное достижение результата без оценки отдаленных перспектив. В экстравертированно-просоциальном типе зафиксированы доминирующие позиции эмоциональной нестабильности и стремление к активному взаимодействию с социальной средой, что может приводить к конфликтности и снижать адаптационные возможности личности.

4. Существует специфика самореализации в разных типах индивидуальности у ИТ-специалистов. Особенностью самореализации субъектов с интровертированно-уверенным типом выступает доминирование эгоцентрической мотивации, поведенческой усидчивости и субъектно-личностных установок, что обуславливает успешность самоосуществления. В экстравертированно-активном типе доминируют эгоцентричная мотивация, пессимистичность, субъектно-личностные установки, препятствующие эффективности процесса самореализации. Специалистов с экстравертированно-просоциальным типом индивидуальности отличают в специфике самореализации низкий уровень активности, высокая эгоцентрическая мотивация, инертность, пессимистичность и социальные барьеры, что существенно ограничивает возможности профессионального самоосуществления.

5. Имеются различия в психологической структуре самореализации респондентов с разными типами индивидуальности. В структуре интровертированно-уверенного типа доминирующую позицию занимают устойчивые связи между мотивационно-смысловыми и инструментально-стилевыми характеристиками, обуславливающие интенсивность самовыражения субъекта в профессиональной деятельности. Структуру самореализации экстравертированно-активного типа отличает положительная связь деструктивности с мотивацией и социальными барьерами, а также отрицательная – с конструктивностью, что ограничивает возможности самореализации. В структурной организации самореализации специалистов с экстравертированно-просоциальным типом отмечается выраженная

положительная взаимосвязь субъектно-личностных установок с экстернальностью, консервативностью и отрицательная – с показателем конструктивности, что указывает на трудности самовыражения ИТ-специалистов.

**Достоверность и обоснованность результатов исследования** подтверждаются наличием обоснованного теоретико-методологического обеспечения, опорой в процессе исследования на значимые методологические, логические и научные принципы, использованием и соотнесением теоретических и эмпирических данных. Эмпирическое исследование проводилось с использованием валидных и надежных методик, соответствующих заявленным целям, на репрезентативной выборке, содержательным и статистическим анализом полученных результатов и личным участием автора в организации и проведении эмпирического исследования.

**Апробация результатов исследования.** Основные результаты работы были представлены и обсуждались на научно-методических и аспирантских семинарах, заседаниях кафедры психологии и педагогики филологического факультета Российского университета дружбы народов им. Патриса Лумумбы; на международных конференциях «Самореализация личности в эпоху цифровизации: глобальные вызовы и возможности» (Москва, 2022), INTED2022, the 16th annual International Technology, Education and Development Conference (Валенсия, 2022).

**Соответствие диссертации пунктам паспорта научной специальности.** Диссертационное исследование полностью соответствует паспорту научной специальности 5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии: п. 2. Системный подход в психологии; п. 16. Потребности, мотивы, личностные ценности и ценностные ориентации, интересы, стремления. Мотивация достижения. Направленность личности и ее системообразующая роль; п. 23. Деятельность, ее генезис, структура, динамика и регуляция; п. 28. Индивидуальный стиль деятельности. Стили

общения, активности, саморегуляции. Личностный потенциал; п. 30. Личность как субъект саморазвития. Самодетерминация и самоактуализация личности; п. 35. Жизненная цель, жизненная задача, жизненный выбор. Стратегии жизни; п. 39. Информационные технологии и их влияние на сознание и личность человека. Информационные и эмоциональные аспекты взаимодействия человека с компьютером; п. 40. Личность в цифровом пространстве.

По теме диссертации опубликовано 5 работ, 3 из которых – в ведущих научных рецензируемых изданиях, рекомендованных Высшей аттестационной комиссией при Министерстве науки и высшего образования РФ, из них 2 – в рекомендованных Ученым советом Российского университета дружбы народов им. Патриса Лумумбы (Положение о присуждении ученых степеней в федеральном государственном автономном образовательном учреждении высшего образования «Российский университет дружбы народов имени Патриса Лумумбы», утв. 22.01.2024, протокол № УС-1).

**Структура диссертации** соответствует логике исследования и включает Введение, три главы, Заключение, Список использованной литературы (170 наименований, из них 18 на иностранных языках) и 5 приложений. Диссертация проиллюстрирована 15 таблицами и 17 рисунками. Объем работы – 190 страниц.

## ГЛАВА 1. ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМЫ САМОРЕАЛИЗАЦИИ В НАУЧНОЙ ЛИТЕРАТУРЕ

### 1.1. Теоретическое обоснование проблемы самореализации

Будучи одной из базовых потребностей человека, самореализация довольно давно представляет интерес для исследователей в междисциплинарном аспекте. Перманентный процесс развития личности, претворение чего-либо индивидуального в действительность, усовершенствование профессиональных компетенций в условиях трудовой и творческой деятельности – все это можно назвать проявлениями самореализации.

Впервые отсылка к термину «самореализация» («self-realization») приводится в 1902 году в «Словаре по философии и психологии» [132]. С этого времени множество авторов предпринимали попытки выделить сущность понятия самореализации и сформулировать его дефиницию, однако в настоящее время наблюдается отсутствие единого взгляда на интерпретацию термина «самореализация» как в зарубежной справочной литературе, так и в отечественной.

В самом общем контексте под самореализацией понимается реализация потенциала личности, процесс реализации себя – «это осуществление самого себя в жизни и повседневной деятельности, поиск и утверждение своего пути в этом мире, своих ценностей и смысла своего существования в каждый момент времени» [39, с. 20]. Что касается западной исследовательской школы, то дифференциация понятия «самореализация» усложняется еще и его синонимизацией с термином «самоактуализация» («self-actualization»). Такая тенденция была заложена представителями гуманистического (А. Маслоу, К. Роджерс, Э. Фромм, К. Гольдштейн) и экзистенциального (Э. Шостром, Дж. Бьюдженталь, Г. Олпорт, Р. Мэй) направлений в психологии и имеет продолжение в работах современных исследователей, которые понимают самореализацию как систему личностных

возможностей, формирующихся при рождении и актуализирующихся на протяжении всей жизни человека.

Рассматривая исторический аспект конструкта самореализации, следует отметить, что изначально данная проблема рассматривалась в философском аспекте [105, 143].

Так, философия Упанишад (VIII–V вв. до н.э.) определяет самореализацию, как одну из главных ценностей. Такой же подход был и в философии Даосизма [13].

Античные философы также отмечали значимость человека и его реализации. В трудах Гераклита можно отметить наличие идеи саморазвития и самореализации, его фраза «все течет – все изменяется» отсылает нас к постоянным трансформациям личности и перманентной работе человека над собой [34]. Протагор более четко обозначал роль человека в мире и возможности его реализации в нем. Он писал, что «человек есть мера всех вещей» [13]. О важности самопознания и саморазвития говорил в своих трудах и Сократ.

Платон и Аристотель не только предпринимали попытки анализа процесса реализации человека, но и приводили рекомендации для ее эффективного осуществления. Особый интерес представляет в онтологии Аристотеля его определение движения как реализации сущего. Согласно воззрениям автора, движение есть трансформация потенции в действительность. Феномен движения неразрывно связан с категориями формы и материи. Материя рассматривается как возможность и обеспечивает собой осуществление формы, представляющейся реальностью [8].

Развитие представлений о центризме человека и его самовыражении приобрели масштаб в Эпоху Возрождения. Идеи о том, что жизнь и судьба человека определяются только им самим и детерминированы прилагаемыми им усилиями и действиями, выдвигались, в частности, мыслителем и гуманистом Пико делла Мирандолой. Постулат о том, что каждый индивид является творцом своей жизни и сам определяет векторы своего развития

и самореализации является отражением антропоцентрической парадигмы, свойственной тому времени [36].

Педагог и гуманист Я. А. Коменский, рассматривая феномен самореализации в контексте возрастного развития, сформулировал принцип природосообразности и считал необходимым учитывать в процессе воспитания характерологические особенности ребенка и специфику природы конкретной личности. Я. А. Коменский хотел сделать школу «мастерской гуманности», которая формирует основные черты ребенка, воспитывает его духовно [60].

Большое значение вопросам самореализации было уделено в эпоху Просвещения. В данный исторический период делался большой акцент на процессе воспитания. При чем речь шла не только о детях и их возрастном развитии, а о глубинном процессе формирования человека как такового, о развитии личности как конструкта. Этому аспекту посвящены работы таких философов, как Ж. Ж. Руссо, Ф. Вольтер, К. А. Гельвеций.

К примеру, Ж. Ж. Руссо мыслил человеческую природу совершенной самой по себе, и полагал, что для ее гармонизации достаточно просто идти естественным путем и только создавать необходимые условия для эффективного развития. По мнению философа, нет никакой нужды в процессе формирования человека внушать ему какие-либо нормы и правила, достаточно просто не мешать личности гармонично развиваться [126].

Кант видел в человеке целостное существо, которое относится сразу и к миру феноменальному (который воспринимается именно чувствами) и ноуменальному (свободно-нравственному) [52]. То, что человека, исходя из природы ноуменального мира, сложно понять и познать, показывает на то, что он имеет особое положение в мире, во вселенной. Непредсказуемость человеческой природы, превозносит человека. Человек, как существо, которое принимает решения, отвечает за свои поступки, считается бесконечным в собственных возможностях.

Согласно И. Канту, поскольку нравственность и мораль являются свойствами только человека как высшего существа, проявления активности личности следует искать в моральных установках. Человек сам реализует свой личностный потенциал, определяя себя и свои поступки. В своей работе «Критика практического разума», раскрывая моральные аспекты человеческой природы, И. Кант заявляет, что закон морали правомерно считать основополагающим в жизнедеятельности человека, поскольку именно через призму морали и нравственности оцениваются все действия и поступки индивида. Соответствие непреложным моральным императивам является обязательным, так как именно они являются дефиницией человека и определяют предпосылки развития личности. Все нравственные поступки человека И. Кант определял именно «практическим разумом», который позволяет человеку перешагнуть всю внешнюю необходимость и совершать определенные действия, основываясь на своих нравственных идеях и на собственном человеческом достоинстве.

Согласно воззрениям философа, не верно рассматривать категорический императив только лишь как ограничение личности по каким-либо критериям, категорический императив – это абсолютное самоутверждение, не зависящее от всякого давления свыше. В учении И. Канта значимым является постулирование положения о сущности бытия человека, в котором целью как таковой является сам человек. Мораль, все нравственные аспекты его активности являются ключевыми, так как смысл жизни человека выступает именно в свободе его нравственного выбора.

И. Г. Фихте выделяет важным в человеческой личности именно «деятельное «Я», т.е. активность и деятельность личности ставятся философом во главу угла, хотя он также придает большое значение и разуму человека [137]. Ключевым понятием учения И. Г. Фихте выступает абсолютное «Я». В данное понятие входит деятельность человека, а также такие понятия, как «дело-действие», «совершающееся деяние». «Я» концепция заключается в самостоятельном проявлении качеств человека

и его работы над собой, человек создает сам себя, имея возможность менять суть своего поведения. Человек проходит сложный путь длиною в жизнь и формирует свою личность с приобретением определенного опыта.

И. Г. Фихте в своих трудах разделяет два понятия как два состояния, противоположных друг другу, «Я» и «не-Я». «Я» направлено на развитие и достижение поставленных целей, «Я» познает все вокруг и формирует личность. Через осмысление «не-Я» и понимание его как некое достижение «Я» преодолевает ограничивающие его факторы и самореализуется. Таким образом осуществляется два важных процесса целеполагающей деятельности: человеческое развитие и построение его внутреннего мира, а также формирование возможности трансформации действительности. Человек сам творит и себя и окружающий мир. Все обстоятельства он подстраивает под себя, делая их более мягкими и податливыми. Именно в виде самореализации у Фихте выступает практическое «Я», которое и формирует личность, реализует ее творческую и деятельностную направленность. Также в своих работах И. Г. Фихте не признавал феодальную систему воспитания, он считал, что она угнетает личность, давит все порывы. Воспитывать необходимо с любовью и вниманием к особенностям каждого. Помогать развиваться самостоятельности и открытости.

В своих трудах И. Г. Песталоцци уделял большое внимание воспитанию, так как правильное воспитание будет затем способствовать правильной самореализации [114]. Необходимо формировать на ранних этапах «истинную человечность», при помощи гармоничного, природного подхода к воспитанию. Именно поддерживая природные наклонности, с позиции И. Г. Песталоцци, возможно, воспитать гармоничную личность, способную к самореализации.

Д. Локк также отмечал, что самореализация личности зависит от правильного воспитания, и воспитание должно учитывать субъектно-свободную отношенческую позицию ребенка [97]. Также он опирался

на природный аспект, где личность должна развиваться согласно законам природы, и все природные дарования необходимо активизировать и в последующем развивать максимально. Чтобы это осуществить, необходимо детальное наблюдение за личностью, с целью максимально четко выявить ее дарования на ранних этапах и, уже отталкиваясь от этого, выбирать необходимые способы и методы воспитания и развития.

А. Дистервег выделял три главных основания правильного и гармоничного развития:

– природосообразность, при которой учитываются индивидуальные и возрастные характеристики психического и физического развития ребенка;

– культуросообразность, то есть принятие во внимание влияния факторов внешней среды, таких социальные и бытовые условия и национальная культура;

– самодеятельность или готовность усовершенствовать творческую активность ребенка [40].

Вопросы самореализации затрагивал в своих работах и немецкий философ Г. В. Гегель. Он считал самореализацию «важной», а также «всеобщей и абсолютной». Он также писал, что «бытие человека... есть его действие», т.е. человек сам определяет для себя свой путь, свои намерения [33]. Он также считал, что основой самореализации выступает именно деятельность, труд. Именно через труд и деятельность человек обретает себя. Говоря о саморазвитии, Г. В. Гегель отмечал, что суть чего-либо можно понять, изучив его историю – путь становления и развития. Он утверждал, что жизнь заключается в постоянном движении и саморазвитии, осознании своего внутреннего голоса с помощью таких инструментов как мыслительная деятельность и работа. Философ отмечал, что удовлетворение от выполнения какой-либо деятельности возможно только при реализации человеком посредством этой деятельности своих собственных целей.

Аспекты самореализации изучались и в рамках направления экзистенциализма. Стоит отметить, что философы-экзистенциалисты не разделяли предшествующих идей своих коллег и полагали, что в человеке нет никакой сущностной природы. Тем самым утверждалось положение о невозможности влияния на личность. Следовательно, воспитание не несет необходимой направленности, человек свободен априори. Исходя из этого, процесс самореализации зависит только от самого человека, он не ограничивается никакими причинами и основаниями, так как в целом человек именно такой, как себя сделает. Первым среди экзистенциалистов об этом писал Ж. Сартр [127]. Но данная идея не верна, так как порой обстоятельства очень сильно влияют на личность, и тогда возможна утрата свободы, в том смысле, в каком ее понимают экзистенциалисты.

Таким образом, подводя итог философского аспекта феномена самореализации можно сказать, что доминирующим подходом является гуманистический [6]. Большинство философов в той или иной степени утверждали, что человек и есть цель, а не средство достижения чего-либо. Основными способами достижения самореализации философы считали деятельность, мораль, труд, практику.

Основными концептуальными работами в области зарубежной психологии по самореализации можно назвать К. Гольдштейна [159], К. Роджерса [166], Э. Фромма [138], А. Маслоу [165], Дж. Бьюдженталя [155].

В работах К. Гольдштейна, посвященных изучению аспектов самореализации, прослеживается отсылка к позиции таких философов, как Аристотель, Спиноза, Гете. Можно отметить, что автор разрабатывал проблему самореализации в аспекте «организмической теории» и разделял идею о том, что особую важность имеют общность и целостность, поскольку целое есть несомненно больше, чем его составляющие, консолидированные вместе.

Говоря о феномене самоактуализации, К. Гольдштейн изначально заявлял, что это ни что иное как «реорганизация способностей личности после

перенесенной травмы вследствие активации неких внутренних ресурсов организма, не проявлявших себя до ранения» [159]. Иными словами, самоактуализация рассматривалась, как некий эффект, после перенесенных травм и стрессов. Таким образом, самоактуализация – это конкретный процесс в физиологии, даже не связанный с психикой и психологией. В дальнейшем исследовании его взгляды менялись. К. Гольдштейн писал о том, что самоактуализация может рассматриваться как жизненный принцип, обеспечивающий запас энергии на жизненно важные действия личности. Поскольку личность испытывает перманентное давление обстоятельств, которые трансформируют определенные устои, организм пытается вернуться в привычное состояние и обеспечить стабильность. Данный процесс выравнивания постоянства и является самоактуализацией, определенной работой над собой. Самореализация же выступает ключевым мотивом. Обычные потребности человека активизируют его на определенные действия (самоактуализация), которые приводят необходимому результату.

Потребность рассматривается как нехватка у человека чего-либо, которую ему требуется обязательно восполнить для комфортного существования. И именно это удовлетворение потребностей является самореализацией. Важно учитывать, что потребности у людей бывают разные, следовательно, и уровень самореализации тоже разный. Важна значимость, актуальность той или иной потребности, если человек испытывает голод, то его поведение будет направлено на ее удовлетворение, если же важна власть, то реализовываться он будет в сфере власти.

С позиции К. Гольдштейна, самоактуализация – это явление универсальное, но у каждого человека она различается, так как каждый человек уникален. Каждого человека интересуют различные потребности, и он обладает разными возможностями, из этих компонентов складывается его самореализация.

Таким образом, К. Гольдштейн выделяет различные внутренние детерминанты поведения, но при этом подчеркивает и важность внешнего

мира, который вносит определенный диссонанс и тем самым стимулирует личность к действиям и последующему развитию. Если же человек не справляется с вызовами, то он просто приспосабливается к внешнему миру, к его реалиям. Также он может реализовывать те же цели, но на более низком уровне.

С позиции К. Гольдштейна, существуют стадии развития личности, которые отражаются на самореализации. Развитие необходимо, для достижения определенной уравновешенности и гармоничности с окружением. Следовательно, люди разных возрастов имеют разные потребности, но автор четко не выделяет соотношение возраста и потребности.

Важным аспектом в работе К. Роджерса была проблематика самореализации. Он, изучая природу человека, сделал вывод, что любое поведение имеет конкретный мотив – тенденцию к актуализации. Для этого личность стремится развиваться, раскрывать свои потенциальные возможности [122].

К. Роджерс считает, что проявляется самоактуализация как на физиологическом, так и на психологическом уровне. Физиологически она реализуется в удовлетворении потребностей, которые важны для конкретной личности, фрустрированы у нее. Психологически самоактуализация проявляется в активности личности, в ее стремлении к деятельности, в желании совершенствоваться и находить себя в меняющемся пространстве.

Самоактуализация, с позиции К. Роджерса, с одной стороны направлена на снижение напряжения (которое вызвано фрустрацией потребности), с другой стороны получается – на повышение напряжения, так как человек будет прилагать усилия для достижения своих потребностей.

С точки зрения К. Роджерса самоактуализация – это постоянная реализация собственного потенциала, для формирования своей личности. Человек, который самоактуализируется, это нормальный человек, он не совершенен, у него также есть недостатки, но он, в отличие от тех, кто

не самоактуализируется, над ними активно работает. Процесс самоактуализации бесконечен, так как, достигая одной цели, человек не останавливается на достигнутом и идет дальше.

Рассматривая концепцию К. Роджерса, следует различать понятия врожденные возможности личности и те достижения, которые были реализованы благодаря самоактуализации. Автор выделяет понятие Я-концепции, этот конструкт предполагает, что с одной стороны, существует «Я-реальное», которое обеспечивает осознание человеком того, кто он и какие у него есть личностные качества. С другой стороны, существует «Я-идеальное», которое побуждает человека определять свои жизненные цели и прогнозировать то, каким он станет в процессе развития, как преобразится, работая над собой, т.е. какой результат получит личность в процессе самореализации.

Основополагающими аспектами в процессе формирования Я-концепции, согласно К. Роджерсу, являются «условное позитивное внимание» и «безусловное позитивное внимание». Ими определяется, зависима ли личность от мнения окружающих, и насколько сильна эта зависимость. Под влиянием безусловности/условности позитивного внимания возникают и защитные механизмы психики. К. Роджерс выделяет два таких механизма: отрицание и искажение. Автор полагает, что если ребенок получает безусловное внимание, то ему не требуется кому-то что-то доказывать и добиваться внимания другими способами, соответственно не требуется и защитных механизмов. Если же внимание, позитивное отношение всегда было с какими-то условиями, то эти моменты приходится отрицать, либо искажать.

В целом можно отметить, что позиции К. Роджерса и К. Гольдштейна весьма близки. Они оба говорят о том, что самореализация в первую очередь, связана с удовлетворением фрустрированных потребностей.

Перейдем к учению Э. Фромма, в котором он описывает внешние факторы человеческой жизни, которые оказывают на нее значительное

влияние. Рассмотрев и проанализировав эти факторы, Э. Фромм пишет, что человек со временем становится все более изолирован и одинок. И чем больше он развивает собственные ресурсы, тем больше чувствует данное одиночество. Э. Фромм полагал, что в человеке заложены противоречия между свободой и безопасностью. Чем больше человек получает свободы, тем более отчужденным он становится от мира, общества, природы [138].

Как результат самореализации личность должна достигать «позитивную свободу». Это то состояние, когда человек достигает гармонии между своей уникальностью, свободой и качественным взаимоотношением с обществом. Добиться такого состояния возможно благодаря активному труду и любви.

Важный вклад в развитие идей самореализации внес А. Маслоу. Он писал о самоактуализации как о всецелом использовании человеком своих возможностей, способностей и талантов [99]. Роль самоактуализации настолько велика, что этот компонент находится на вершине «пирамиды потребностей». Согласно А. Маслоу, наивысшее удовлетворение от жизни возможно испытать посредством осознания человеком своего места в обществе и осмысления своего призвания, при этом обязательным условием становится максимальная реализация личного предназначения индивида, полное раскрытие своего потенциала, воплощение в действительность талантов и особенностей, заложенных в человеке природой. А. Маслоу выделяет тип людей, которые действительно самоактуализируются, эти люди представляют собой некий пример или идеал. С позиции автора, на это способны не все люди. Для того, чтобы лучше понимать этот тип А. Маслоу проводил обширные исследования, он выявлял особенности, которые им свойственны, их интересы. Таких особенностей было выявлено пятнадцать. Сюда относились и аспекты социальности, и интересы, и особенности интеллекта, и уровень зрелости, и творческая направленность, и духовность и многое другое.

А. Маслоу полагал, что таких людей, которые стремятся к самореализации и достигают ее весьма мало, примерно 1 %. Самореализация для них – это особое внутренне осознание. Остальные же люди тоже развиваются, но действуют, исходя из своих физиологических потребностей. Поэтому А. Маслоу очень активно исследовал мотивационную сферу личности.

Таким образом, с позиции А. Маслоу, в отличие от К. Роджерса и К. Гольдштейна, самореализация истинная, это больше психологическое внутреннее осознание, в то время как К. Роджерс и К. Гольдштейн полагали, что самореализация обусловлена именно физиологическими потребностями. А. Маслоу пошел дальше своих предшественников, опираясь в большей степени на высшие уровни мотивационной сферы личности.

Дж. Бьюдженталь, в свою очередь, считал, что наиболее важно для человека именно то, что он в принципе живет, т.е. важна именно сама жизнь, и то, что человек делает со своей жизнью [24]. Он рассматривал реализацию личности в контексте биологических и социокультурных обстоятельств. Любая болезнь или смерть близкого активно оказывают влияние на действия человека, могут приводить к трудностям в процессе самовыражения. Также порой серьезно влияют и социальные факторы, которые могут выражаться в экономических или политических катаклизмах (кризисы, войны и др.).

Основная мысль Дж. Бьюдженталья в том, что человек выступает своеобразным духовным инвалидом, который не может реализовать свой потенциал в силу обстоятельств. Человек, по мысли автора, потерял свои природные способности, которые выступали аспектом его движения к самореализации. В этом проблема человека в отдельности и человечества в целом.

Отечественная психология периода СССР фактически не затрагивала понятие «самореализация» как целостного феномена. Однако различные исследователи, так или иначе, касались ее отдельных элементов. Например, выделялись исследования объективной основы самореализации личности,

самореализация рассматривалась как неотделимая составляющая культуры, как социальный процесс (К. А. Абульханова-Славская, Б. Г. Ананьев, Л. И. Анцыферова, Л. Н. Коган, И. С. Кон, А. Н. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн, Б. М. Теплов и др.).

Только в 70-х годах XX века стали появляться исследования касающиеся конкретно проблематики самореализации, в основном в русле социальной философии. В это же время был разработан понятийный аппарат, методика и методология исследований самореализации.

Через призму философской парадигмы «опредмечивания-распредмечивания» феномен самореализации личности рассматривался в советской педагогике XX века. Суть данного подхода определялась в том, что «личность, распредмечивая формообразования социального опыта, опредмечивает свою человеческую сущность» [13, с. 12].

Ряд исследователей предприняли попытки устранения существующих противоречий в понимании феномена самореализации личности посредством изучения категории деятельности [16, 17, 21, 57, 113].

Стоит обратиться к работам А. Н. Леонтьева [94] и С. Л. Рубинштейна [124], которые сформулировали концепцию деятельностного подхода. Согласно данному подходу, деятельность играет ключевую роль развитии личности, поскольку именно через нее человек осмысливает жизнь других людей, изучает их навыки, культуру, специфические способы обращения с орудиями труда, нравы и инструменты межличностного взаимодействия. Именно деятельность способна изменять и усовершенствовать психический компонент, а следовательно – развивать личность.

Согласно Д. А. Леонтьеву, воплощая в деятельности творческие силы и возможности, человек самореализуется [95]. При этом, базовым мотивом самореализации является стремление человека оставить след в истории, внести свой личный вклад в развитие социума, на что способны лишь те, у кого развитые сущностные силы значительно превышают исторически накопленные человечеством возможности. Значимость результат

деятельности для культуры рассматривается в качестве основного критерия самореализации [96].

Самореализация у С. Л. Рубинштейна рассматривалась в аспекте субъектной парадигмы и в аспекте жизненного пути каждого человека. Человек реализуется в процессе всей жизни. Жизненный путь с позиции исследователя рассматривается определенной целостностью, элементами которой являются этапы жизни, некоторые из этих этапов могут быть весьма решающими [123].

С. Л. Рубинштейн не рассматривает жизнь человека, только как череду каких-то событий, он считает ее непрерывным процессом, который способствует реализации человека. Человек, с позиции исследователя, формируется в личность, так как имеет собственную жизненную историю.

Рассматривая жизненный путь человека необходимо четко выделять все возрастные этапы, и четко понимать, как один этап влияет на следующий, что важно для развития личности на том, или ином этапе. В целом С. Л. Рубинштейн считает, что все эти этапы важны, но не один из них не выступает ключевым и фатальным.

Жизненный путь взаимосвязан с понятием субъекта жизни. Важным вопросом, который ставит С. Л. Рубинштейн, выступает вопрос, способна ли конкретная личность выступать субъектом своей жизни: деятельно управлять жизнью, выстраивать определенное отношение к ней. Назвать личность субъектом своей жизни можно тогда, когда личность может самостоятельно решать жизненные вопросы, нести ответственность за собственные поступки, выстраивать отношения с другими людьми.

Личность является самореализующимся субъектом жизни, исходя из того, может ли она и как может решать проблемы, возникающие на ее жизненном пути, из уровня осознания собственной ответственности за жизнь и поступки, совершаемые личностью. Человек должен обладать определенными качествами, которые будут способствовать реализации сложностей каждого из этапов жизни.

Именно категория «субъекта» означает высший уровень развития личности. Человек вырабатывает индивидуальность, используя все имеющиеся у него способности, и непосредственно субъектом становится при достижении наивысшего уровня формирования собственной человечности, нравственности [125]. Таким образом, с позиции С. Л. Рубинштейна личность как субъект жизни – это деятельный человек, который сам формирует свой жизненный путь, управляет им. Он имеет сформированные взгляды, идеи, мировоззрение, ответственно подходит к выбору действий и поступков и всегда стремится к развитию, т.е. жизненный путь его идет всегда вверх – к моральным, нравственным идеям.

Последователем идей С. Л. Рубинштейна выступал Б. Г. Ананьев. Он считал самореализацию длительным процессом, длиною в жизнь человека. Б. Г. Ананьев обосновал теорию о целостном формировании человека в процессе жизненного пути [7].

Теория жизненного пути Б. Г. Ананьев основывается на том, что каждый жизненный путь имеет определенные социальные пути, и сопровождается определенными событиями как истории вообще, так и конкретной личности. С позиции исследователя именно жизненный путь личности и выбор, с которым сталкивается человек на его протяжении и есть процесс самореализации. Опираясь на концепцию «субъекта» С. Л. Рубинштейна, Б. Г. Ананьев писал, что именно в процессе жизни человек формируется в личность. Считая человека субъектом, исследователь отмечал основные особенности, которые характерны для личности. Б. Г. Ананьев полагал, что влияние на процесс формирования субъекта оказывают не только его особенности характера и индивидуальности, но также технические средства труда, которые активизируют весь данный процесс.

Как субъект теоретической деятельности, человек обладает конкретными знаниями, навыками, способен осмысливать и понимать

специфические знаковые системы. Наибольшим проявлением субъектности личности можно назвать творчество, а также способствующие ему способности и талант. Б. Г. Ананьев вслед за С. Л. Рубенштейном писал, что человек, выступая субъектом, обладает определенными качествами, которые необходимы для самореализации и формирования субъекта. Важным элементом является положение личности в социуме, какое место она в нем занимает, не менее важно, как этот социум повлиял на становление данной личности, ведь общество существенно влияет на процесс самореализации.

Б. Г. Ананьев в своем исследовании пошел несколько дальше своих предшественников, он обратил внимание на определенные виды зрелости, которые необходимы для формирования личности. К ним относится зрелость как индивида (сюда входит именно физический аспект), как личности (сюда входят общественные аспекты), как субъекта познания (умственные и интеллектуальные аспекты), как субъекта труда (аспекты активности, деятельности). Наступление зрелости человека в физическом аспекте не совпадает с остальными критериями зрелости, они могут идти совсем по-разному у каждого человека.

Особо интересен подход Б. Г. Ананьева к трактовке смерти человека в аспекте самореализации. Естественно, умирая, человек прекращает физическое состояние, соответственно умирает и личность, и субъект деятельности. Но человек, который реализовался в жизни, который оставил после себя плоды своей деятельности, плоды своего творчества, как бы обретает определенное бессмертие. Следовательно, Б. Г. Ананьев рассматривает самореализацию как процесс длинную в целую жизнь, и при качественной самореализации даже не заканчивающейся смертью.

Обобщая вышесказанное, можно отметить, что самореализация понимается как опредмечивание, раскрытие в деятельности человека его сущности, а именно – внутренней потребности к самореализации.

Следовательно, самореализацию следует рассматривать не только как атрибут внешней деятельности индивида, но и внутренней.

Разделяя взгляды Б. Г. Ананьева, А. К. Исаев определяет самореализацию как «социально-индивидуальный процесс осознанного целеполагающего опредмечивания сущностных сил на основе жизнедеятельности данного конкретного человека» [50].

Н. Г. Крылова придерживается схожего подхода к феномену самореализации и выделяет ряд элементов, необходимых для формирования самореализации личности. Такие элементы как потенциал личности, ее знания, навыки и таланты складываются в процессе индивидуального практического опредмечивания [69].

К. А. Абульханова-Славская, следуя за идеями С. Л. Рубинштейна и Б. Г. Ананьева, изучает самореализацию в контексте дефиниций «личность – жизненный путь» [1]. Под жизненным путем понимается длительный целостный процесс, в течение которого решаются определенные противоречия, складываются и формируются ценности. Автор выделяет понятие «жизненная стратегия», под которой подразумевается личная организация и регуляция собственного жизненного пути, управление им.

Только тогда, когда человек закончил процесс самопознания и в полной мере изучил свой потенциал и личностные возможности, тем самым сформировав образ собственного «Я», появляются предпосылки для его эффективной самореализации. Человек не только способен обеспечить условия для самореализации, но осознает истинную необходимость формировать взаимодействие с внешним миром, что само по себе и определяется как самореализация [2].

И. Д. Егорычева считает, что самореализация выступает определенным видом деятельности, в зависимости от специфики данной деятельности выделяется предметная, целевая и мотивационная самореализация [42]. Автор

выделяет также этапы развития самореализации, включающие самоидентификацию, саморазвитие, самоактуализацию и непосредственно самореализацию. Так, в процессе самосознания и самопринятия формируется самоидентификация, которая связана с осознанием личностью своей ценности. Далее происходит этап саморазвития, который заключается в определенных личностных трансформациях с целью обеспечения человеком собственных улучшений. Самоактуализация связана с определенными потенциальными возможностями личности. И уже как итог, самореализация выступает как результат реализации личностью собственных предназначений.

Таким образом рассмотренные выше воззрения ряда представителей философской и психологической отечественных школ позволяют сформулировать одно из определений феномена самореализации как целенаправленного, детерминированного и осознанного процесса раскрытия потенциала личности и актуализации ее внутренних сил при постоянном взаимодействии человека с окружающим миром.

Ряд отечественных авторов рассматривают в своих работах самореализацию как инструмент проявления творческой индивидуальности и раскрытия личностного потенциала. Так, А. В. Машляковская определяет самореализацию как «нацеливание личности на максимальное раскрытие способностей и потенциала, гибкое поведение, творческую деятельность, самовоплощение» [100].

О. С. Газман понимает самореализацию как высвобождение личностных потенций, которые служат базовым условием проявления индивидуальности [32]. Автор представляет самореализацию как компонент саморазвития личности, который позволяет в полной мере раскрыть творческие способности человека, сформировать гибкое и адаптивное поведение, реализовать поставленные цели посредством выполнения ожидаемых и корректных действий.

Согласно В. В. Серикову, под самореализацией следует понимать целый спектр функций, включая свободу, самостоятельность, индивидуальность, творчество, состязательность с многообразием жизненных препятствий и сложностей, обеспечения духовного уровня культуры, жизнедеятельности, несводимости жизнедеятельности к обыденности, повседневности и вещиизму [129].

Рассматривая проблематику самореализации в междисциплинарном аспекте, А. М. Климанова подчеркивает, что самореализация имеет филогенетическое происхождение и связано с фундаментальной потребностью индивида в стремлении к обособлению, которое детерминирует формирование индивидуальности, а следовательно – самореализации. Понимание самореализации во всей ее многогранности является необходимостью для эффективного социального и культурного развития [58].

Таким образом, самореализация – это осознание человеком собственного потенциала, талантов и задатков в совокупности с последующей реализацией их в определенном виде деятельности. Человек ощущает необходимость поиска себя на каждом этапе своей жизни, возникает потребность в эффективной самореализации. Однако данная потребность не всегда получает свое удовлетворения, возникает состояние фрустрации и человек может, потерять смысл существования [49].

Обобщая результаты анализа зарубежных и отечественных источников, можно сделать следующие выводы:

Во-первых, в западном научном сообществе психологический аспект понятия самореализации опирается в большей мере на гуманистический и экзистенциальный подходы (Д. Бьюдженталь, К. Гольдштейн, А. Маслоу, К. Роджерс), в рамках которых феномен самореализации понимался как интернальное движение к самоидентичности, определение потенций личностного развития, поиск собственного Я. При этом спецификой работ

зарубежных авторов является синонимизация понятий «самореализация» и «самоактуализация». Большинство зарубежных работ в этом аспекте посвящены именно самоактуализации и вопросам самоактуализированной личности. Подобное слияние дефиниций усложняет теоретический анализ феномена самореализации как такого в зарубежной литературе. Кроме того, зарубежные исследователи демонстрируют стремление ограничиться общими философскими концепциями в ходе изучения самореализации и не предпринимают попыток конкретизировать такой сложный и многогранный феномен. Мы не встречаем в западной научной литературе описание уровней, форм и типов самореализации, равно как и других элементов данного понятия.

Во-вторых, в отечественной психологии теоретико-методологические основы для исследования вопросов самореализации личности заложены К. А. Абульхановой-Славской, Б. Г. Ананьевым, Г. А. Асмоловым, В. В. Давыдовым, С. Л. Рубинштейном, Л. С. Выготским. В советский период проблематика самореализации личности разрабатывалась в основном в русле социальной философии и социальной психологии. Тем не менее отечественному научному сообществу не удалось прийти к единой концепции самореализации. Так, Д. И. Фельдштейн рассматривает самореализацию как саморазвитие, Б. Г. Ананьев описывает в своих работах самореализацию как свойство личности, а К. А. Абульханова-Славская и Л. И. Анцыферова – как процесс; самореализация как особый вид деятельности описана в работах Д. А. Леонтьева и И. Д. Егорычевой. Недостаточная определенность феномена самореализации обозначает методологическую проблему его изучения.

## 1.2. Современные подходы к исследованию проблематики самореализации в научной литературе

В последнее время проблема самореализации стала значительно больше интересоваться как российских, так и зарубежных психологов. Данный интерес демонстрирует количество диссертаций, связанных с этой темой в последние пять – десять лет (К. В. Архипочкина [9], С. Р. Айбазова [5], С. С. Белоусова [20], Н. И. Давыдова [37], И. В. Кулишевская [92], А. И. Позин [120], З. Р. Хайрова [141]).

Ранее мы отмечали, что на протяжении истории изучению феномена самореализации личности и его отдельных аспектов были посвящены работы представителей различных зарубежных и отечественных психологических школ. Тем не менее до настоящего времени нельзя утверждать, что в научном сообществе сформулирована и обоснована единая концепция самореализации [63]. Более того, недостаточная определенность этого феномена обозначает в настоящее время и методологическую проблему его изучения. Исследователи самореализации личности вынуждены признать, что на современном этапе развития представлений об этом феномене научное сообщество столкнулось с базовой проблемой классификации его по форме [59]. Что есть самореализация: явление, потребность, процесс, свойство или нечто иное? Ряд авторов обозначают самореализацию как явление, которое обуславливается самой природой человека – заложенной потребностью в самоактуализации. Другие исследователи, отрицая концепцию предопределенности, говорят о процессуальной детерминации.

Самореализация не может наблюдаться объективно и непосредственно, в этом заключается еще одна исследовательская сложность. Исследователи наблюдают лишь эффекты и результаты самореализации, которые имеют выражение в человеческой психике. Кроме того, мы сталкиваемся с проблемой объективной оценки феномена, которая представляется практически невозможной в виду высокой субъективности самореализации. Это накладывает

определенные ограничения на использование экспериментальных и количественных методов исследования, поскольку встает вопрос о необходимости контролировать целый спектр факторов с целью получения валидных и корректных данных [102].

В настоящий момент имеют место не только теоретические разночтения концептуального характера, связанные с сущностью самореализации и механизмов ее осуществления, но и разночтения, касающиеся факторов и предпосылок, детерминирующих эффективность самореализации. Так, Р. А. Зобов и В. Н. Келасьев выделяют две группы детерминантов успешности самореализации:

1. зависящие от человека факторы, такие как нацеленность на самосовершенствование, адаптивность мышления, спектр ценностных и духовно-нравственных ориентиров, волевые характеристики и др.;

2. независящие от человека факторы, а именно условия жизни и микросреда, макросреда и социальная ситуация, финансовая и материальная обеспеченность, общий уровень жизни, воздействие средств массовой информации и экологической ситуации и др. [46, 71].

Л. А. Коростылева в качестве ключевого условия эффективной самореализации личности определяет способность к рефлексии и развитое самосознание в сочетании с актуализированной возможностью исследования внешнего и внутреннего мира человека, его действительных способностей и потенций, перспектив профессионального и личностного развития, ценностей, потребностей и интересов [62].

Важно отметить, что одной из ключевых тенденций в изучении самореализации личности на современном этапе является отсутствие единого понятийного аппарата и наличие целого спектра односторонних аналитических стратегий, опирающихся на одну психологическую концепцию, в рамках которой феномен самореализации рассматривается с точки зрения какого-либо узкого аспекта, в частности, мотивации, установки, процесса и т.д. [14].

Кроме того, на основе анализа теоретических и эмпирических данных по указанной проблематике можно сделать вывод о том, что в процессе изучения самореализации личности авторы практически не выделяют формы проявления данного феномена, его структурные характеристики, типы и виды, а также довольно слабо описывают детерминанты его эффективности и оптимизации [61].

Вышеуказанные исследовательские проблемы послужили основанием для обоснования полисистемной модели изучения самореализации личности, которая была сформулирована С. И. Кудиновым на базе системно-диспозиционного подхода к изучению личности и ее свойств А. И. Крупнова [65, 79]. Согласно данному подходу, основанием к феномену самореализации может выступать полисистемность, а именно отдельные микро и макросистемы, которые обуславливают масштабность, вариативность, степень интенсивности и эффективности самореализации личности.

В рамках полисистемного подхода самореализация представляет собой структурно-функциональную систему, состоящую из совокупности психологических образований. Самореализация определяется как «комплексное психологическое образование, детерминированное внешними и внутренними факторами, обеспечивающими успешность самовыражения личности в различных сферах жизнедеятельности в процессе онтогенеза» [79, с. 32].

Среди ключевых положений и элементов для формирования полисистемной модели самореализации личности С. И. Кудинов выделяет следующие:

- «совокупность разноуровневых систем, обеспечивающих успешность самореализации личности;
- исследование самореализации как функциональной системы, раскрывающей связи и соотношения между различными ее уровнями и характеристиками;

- возможность изучения как горизонтальных, так и вертикальных связей между различными системами и признаками самореализации;
- обоснование системообразующих, интегративных образований самореализации;
- направленность на изучение системы и индивидуальных характеристик самореализации личности» [79, с. 30].

Структура самореализации личности включает в себя два блока: мотивационно-смысловой и инструментально-стилевой [72]. Мотивационно-смысловая подсистема представлена рефлексивно-прогностическими, когнитивными и мотивационными характеристиками. Организационные, эмоциональные и динамические переменные составляют инструментально-стилевую подсистему, функцией которой является обеспечение регуляторно-энергетической саморегуляции деятельности.

Среди базовых предпосылок эффективной самореализации личности выделяются психологические, психофизиологические, психоэкологические, социальные и педагогические аспекты [74]. Психологические детерминанты самореализации представлены когнитивными характеристиками, эмоционально-волевыми процессами и личностными свойствами. Наиболее значимыми психофизиологическими условиями, обеспечивающими успешность самореализации, являются анатомо-физиологические особенности, характеристики нервной системы и темперамента. Психоэкологические условия отражают воздействие на психоэмоциональное состояние человека факторов экологии, таких как температурный режим, уровень загрязнения воздуха, радиационный фон и др. Негативное влияние этих факторов детерминирует развитие агрессивного поведения, депрессивных состояний, приводит к снижению уровня психологической активности человека и редукации его энергетического потенциала, что в совокупности имеет негативный эффект в аспекте эффективности самореализации. К социальным аспектам, влияющим на уровень успешности самореализации, относятся прежде всего социальные институты, в рамках

которых человек осваивает значимые социальные роли и участвует в процессе социализации. Педагогические детерминанты сосредоточены в системе воспитания и образования и, реализуясь в течение всей жизни человека, являются системообразующими основами его самореализации.

В рамках полисистемного подхода С. И. Кудинов выделил также формы самореализации, к ним относятся внешняя и внутренняя. Направленность внешней самореализации концентрируется на самовыражении человека в различных сферах его жизнедеятельности: творческой, профессиональной, социальной, образовательной и других видах деятельности. Внутренняя самореализация выражается в обеспечении самосовершенствования человека в интеллектуальном, физическом, эстетическом, нравственном и духовном аспектах [82].

Среди видов самореализации автор выделяет деятельностную, социальную и личностную. Деятельностная самореализация выражается в активности личности в различных видах деятельности формирует деятельностную самореализацию и обеспечивает профессиональному развитию личности. Выполнение общественно-полезной деятельности способствует социальной самореализации. В свою очередь личностная самореализация обеспечивает развитие внутреннего потенциала индивида и коррелирует со стремлением человека к постоянному личностному и духовному росту.

Значимость представленной модели самореализации в русле полисистемного подхода заключается в том, что она может использоваться в качестве базиса для обоснования характеристик анализа самореализации, отражающих ее целостное содержание в конкретных проявлениях. Многообразие личностных образований и характеристик, рассматриваемые системно, раскрываются в инструментально-динамических и мотивационно-смысловых элементах целостной личности, что подтверждается многочисленными исследованиями (А. И. Крупнов [66, 67, 68],

С. И. Кудинов [73, 75, 81], С. С. Кудинов [87, 88] В. П. Прядин [121], Н. П. Авдеев [3], В. В. Панкратова [110] и др.). Кроме того, рассмотрение самореализации в русле системной парадигмы дает возможность для комплексного анализа индивидуального своеобразия указанного феномена в единстве его мотивационно-потребностных, ценностно-смысловых, эмоционально-волевых и рефлексивно-оценочных и инструментальных свойств.

Рассмотрим представления современных исследователей о самореализации личности в русле полисистемного подхода.

Исследуя корреляцию самореализации и свойств темперамента, К. В. Архипочкина отмечает, что существует комплекс определенных характеристик темперамента и их соотношений, формирующих различные типы свойств темперамента: пластично-энергический, ригидно-интровертированный и уравновешенный. Данные типы характеризуют индивида с формально-динамической стороны в деятельности, поведении и общении [9].

В своем исследовании автор установила, что людям с пластично-энергическим типом темперамента свойственна социальная направленность самореализации, они обладают высоким уровнем активности, эмоционально-волевой регуляции, поведенческой и когнитивной пластичности. Люди с пластично-энергическим типом свойств темперамента имеют достаточно гармоничную самореализацию. Они деятельны, активны, у них весьма хорошая мотивация, творческое самовыражение. Часто такие лица весьма успешно реализуются как в профессии, так и в других начинаниях. Люди с ригидно-интровертированным типом свойств темперамента имеют критическую самореализацию, они обладают большей инертностью, пессимистичностью, слабой мотивированностью. Не способны качественно самовыражаться. Часто ощущают себя не слишком полноценными, при чем, как в профессиональной сфере, так и в социальной среде. Люди

с темпераментом по типу ригидно-интровертированный демонстрируют довольно низкий уровень самореализации. Это обусловливается неуверенностью в себе, пессимистическим настроением, чувством страха перед потенциальными сложностями и фрустрирующими задачами, ощущением наличия постоянных барьеров в социальном и личностном аспектах. Люди с уравновешенным типом свойств темперамента имеют умеренную самореализацию, в пределах нормы, не стремятся ко многому, но и реализуются в том, что делают в достаточных пределах. Для них не имеет большой ценности профессиональная самореализация. Таким образом, автором выявлена взаимосвязь самореализации и темперамента. Для каждого типа определены характерные особенности самореализации.

Е. А. Денисова рассматривает самореализацию в аспекте гендерных различий [38]. Автором установлено, что самореализация происходит у мужчин и женщин абсолютно по-разному. Выявлено, что у женщин преобладает социально ориентированная мотивация, которая в свою очередь влияет на самореализацию, т.е. женщины реализуются больше в семье и межличностной сфере. У мужчин же преобладает эгоцентрическая мотивация, мотивация контроля и самовыражения, т.е. мужчины реализуются больше вне семьи в работе, профессии, обществе.

Кроме этого, Е. А. Денисова рассмотрела, как происходит самореализация у конкретных типов юношей и девушек, а именно феминных и маскулинных. Результаты показали, что юношам маскулинного типа свойственны такие аспекты реализации как креативность, интернальность. Они чаще всего реализуются нестандартно, нетипично, имеют выраженный самоконтроль. Девушкам маскулинного типа свойственны такие аспекты реализации, как социоцентрическая направленность, пассивность, экстернальность. Юношам феминного типа свойственны такие аспекты самореализации как аэргичность, пассивность, слабый самоконтроль. Часто они не доводят начатое до конца, слабо выражено стремление к цели. Девушкам же феминного типа наоборот характерны энергичность, активность

в достижении целей. Обычно реализация у таких девушек личностная. Юношам андрогинного типа свойственна пассивность, наличие большого числа личностных барьеров. Они чаще всего испытывают большие трудности в самореализации. Девушкам с таким типом характерна оптимистичность, конструктивность. Самореализация у них складывается довольно хорошо.

Н. В. Авдеев рассматривает возможности самореализации в аспекте определенных качеств, в частности, в настойчивости [3]. Он исследует, как это качество помогает в достижении цели. Высокий уровень настойчивости способствует более качественной самореализации, при чем и личностной, и профессиональной, и социальной. Кроме того, отмечается творческий подход к самореализации у данной категории респондентов. Низкий уровень настойчивости соответственно коррелирует со сложностями в самореализации, трудностями в достижении определенной цели. Обычно данные лица не удовлетворены ни своей деятельностью, ни своими личными достижениями.

Взаимосвязь самореализации с ценностно-смысловой направленностью являются предметом исследования С. Р. Айбазовой [5]. Она провела анализ трех типов ценностно-смысловой направленности личности: прагматично-профессионального, социально-коммуникативного и индивидуально-эгоистического. Установлено, что гармоническая самореализация является характеристикой респондентов с прагматично-профессиональной направленностью, такие люди обладают демонстрируют высокий уровень саморегуляции, а также творческой активности в процессе выбора форм самовыражения. Средняя тенденция к самореализации свойственна респондентам с социально-коммуникативной направленностью, в их ценностно-смысловой системе преобладают социоцентрические мотивы. Респонденты с индивидуально-эгоистической направленностью обладают больше личностной, эгоцентрической мотивацией самореализации. Они активны, эгоцентричны и хорошо достигают именно тех целей, которые нужны им.

И. В. Костакова предприняла исследование специфики общительности студентов-психологов в контексте ее воздействия на эффективность самореализации [65]. Согласно автору, общительность следует рассматривать как системно-функциональную личностную характеристику, детерминирующую продуктивность межличностного взаимодействия. Самореализация студентов-психологов понимается как оптимальное проявление во всех сферах жизнедеятельности всего комплекса возможностей личности, как актуальных, так и потенциальных. Необходимым условием при этом является адекватное понимание студентами окружающей их действительности, а также нацеленность молодых людей на освоение новой информации, навыков и опыта, формирование рационального восприятия реальности и себя в ней, ответственности за свой выбор и его последствия.

И. В. Костакова установила существование разветвленной системы взаимосвязей между успешностью и эффективностью самореализации будущих психологов в их учебной и профессиональной деятельности с уровнем развития коммуникативных компетенций студентов.

Ряд современных авторов в рамках полисистемной модели в своих исследованиях описывают феномен творческой самореализации. Так, И. В. Кулагина под творческой самореализацией понимает реализацию личностью в максимально возможной полноте всех имеющихся творческих потенций [91]. Для осуществления успешной самореализации в творчестве индивиду необходимо непрерывно развивать самопознание и самосознание, имеющиеся творческие способности и навыки, а также демонстрировать желание проявлять творческий компонент и прилагать усилия для его реализации в процессе жизнедеятельности и межличностного взаимодействия.

З. Р. Хайрова с соавторами продолжая исследования творческой самореализации, изучает особенности самореализации подростков с музыкальным типом одаренности [86]. Выявлено, что наличие в структуре самореализации установок на приспособление, проявляющихся в излишней инертности, преобладании мотивации к избеганию потенциально

фрустрирующих задач, пессимистичного настроения, негативно воздействует на реализацию творческого потенциала в указанной выборке. Напротив, при актуализации установки на трансформацию и оптимистичность подростки могут быть более активными, ответственными и спонтанными и способны демонстрировать высокую результативность. Развитие эмоциональной лабильности детерминирует рост показателей творческого мышления и, как результат, способствует формированию большей удовлетворенности качеством жизни. В другом своем исследовании З. Р. Хайрова описала специфику самореализации одаренных подростков в художественной деятельности и определила доминирующие переменные в психологической структуре самореализации [140]. Выявленные автором особенности самореализации подростков с разными типами одаренности могут быть использованы в процессе развития их творческого потенциала.

В контексте изучения особенностей самореализации специалистов информационных технологий нельзя не упомянуть пласт исследований современных авторов, посвященных проблематике самореализации в Интернет-пространстве. Теоретический анализ работ, посвященных изучению феномена Интернет-самореализации, представляется нам актуальным поскольку Интернет не только является необходимым инструментом профессиональной деятельности ИТ-специалистов, но и зачастую становится неотъемлемым элементом их повседневной жизни.

Многие люди в настоящее время активно используют Интернет-общение и Интернет-развлечения в повседневной жизни, Интернет стал основным источником получения информации, важным инструментом профессиональной деятельности и социальной активности. В связи с этим в научной среде актуализировался вопрос о возможностях и способах самореализации в Интернет-среде.

Так, Н. В. Водянова предприняла исследование, посвященное самореализации личности в пространстве Интернета [29]. В своей работе, она делает выводы о том, что Интернет следует считать многомерным

пространством, в котором может реализоваться личность. Однако самореализация в Интернете несколько отличается от самореализации в реальной жизни. Автор полагает, что Интернет выступает в качестве виртуальной творческой лаборатории, где человек может проводить своеобразные эксперименты с собственной идентичностью. Часто в Интернет-пространстве компенсируются комплексы, приобретенные в реальной жизни, в процессе Интернет-взаимодействия появляется возможность проработать данные комплексы и в реальном общении продемонстрировать иную коммуникационную стратегию. Н. В. Водянова рассматривает блогосферу как демонстрацию самореализации. Эта сфера дает человеку возможность свободы самовыражения, каждый может опробовать себя в качестве писателя, или наоборот критика. Публичность блогов способствует большей открытости, проявлению себя. Таким образом, по мнению автора, людей современности можно назвать «виртуально-общающимся».

Самореализация в Интернет-пространстве создает возможность для создания нескольких образов, реального и виртуального. С одной стороны человек может показать себя с лучшей стороны, реализовать себя такой личностью, какой не получается в реальном мире. С другой стороны, это может негативно сказаться на его психике. В особенности если процессом общения и жизни в сети существенно увлечься.

Так М. С. Иванов рассматривает процесс самореализации через Интернет-игры [48]. Он полагает, что с помощью игр человек может реализовываться, подавлять определенные комплексы. Игра способствует выплеску эмоций, ощущению себя победителем. Компьютерная сетевая игра может выступать проявлением творческой активности. Хотя автор также отмечает, что чаще всего это подавление комплексов и реализация будут мнимыми.

И. Г. Сощенко [134] и А. Ю. Фимин [137] считают, что самореализация в данном пространстве происходит через Интернет-коммуникацию, общаясь и взаимодействуя, люди реализовывают себя, свой потенциал. Авторы говорят о том, что данная сфера общения существенно набирает обороты,

и в будущем мы можем иметь образы людей, которые фактически полностью функционируют в интернет-среде.

О. В. Павловская полагает, что самореализация в данном пространстве происходит через самотворчество. Активность человека в Интернете направлена не только на реализацию самого себя, но и на установление новых культурных границ путем создания новых смыслов, новых культурных ценностей [109].

С. И. Кудинов и О. Б. Михайлова рассматривают возможные перспективы исследования Интернет-пространства как сферы развития и самореализации личности [85]. В целом авторы допускают возможность самореализации в среде Интернет, но при этом говорят о возможных угрозах такой реализации, в частности об интернет-зависимости, которая возможна, если человек функционирует и развивается только в Интернете.

В настоящее время мы можем говорить о существовании актуальных направлений в практике психологических исследований и психологического сопровождения развития и самореализации личности с использованием возможностей Интернет-среды.

В аспекте данной проблематики представлена работа Е. Р. Южаниновой [151]. В ней автор пишет о том, что самореализация является успешной, когда человек имеет большое число социальных связей. В пространстве Интернета получить такие связи гораздо проще. Поэтому можно сказать, и самореализоваться там существенно легче. Виртуальность все больше и больше охватывает людей, часто люди могут общаться уже только в Интернете. Кроме того, интернет предоставляет широкие профессиональные возможности, в которых также можно успешно реализоваться, даже не выходя из дома. Несмотря на это автор считает, что подобная самореализация должна быть не основной, а добавочной, что человек должен реализовываться не только в виртуальном, но и в реальном мире. Иначе самореализация личности будет не адекватной.

Е. Р. Южанинова также называет эксперимент над собой важной составляющей реализации в Интернет-пространстве. Человек примеряет на себя новые образы, пробует их, экспериментирует. При этом он осмысливает, что ему нравится, а что нет. Исследователь выделяет в основном те формы самореализации, которые свойственны молодежи и подросткам. Она делает акцент на данной категории, потому что именно они чаще всего используют Интернет для онлайн-игр и социальных сетей. Также Интернет способствует развитию творческого потенциала личности. Это довольно позитивный способ самоутверждения, так как помимо творческих достижений, можно получить новые знания и навыки, улучшить материальное положение. Е. Р. Южанинова делает вывод, что самореализация в Интернете, может быть и продуктивной, и деструктивной, и настоящей, и ложной. Если правильно использовать возможности Интернета, то самореализация в сети может способствовать лучшей и качественной самореализации в реальном мире.

С. С. Кудинов и С. И. Кудинов приводят результаты предпринятого ими исследования особенностей самореализации лиц с ограниченными возможностями здоровья в Интернет-пространстве [89]. Авторы установили, что образовательная Интернет-среда является для лиц с ОВЗ инструментом, обеспечивающим успешность самореализации. При использовании респондентами образовательного сектора Интернета отмечается более высокий уровень психологического комфорта и благополучия, а также уровня жизни в целом.

F. Wang в своем исследовании эмоционального выгорания у китайских школьников, подчеркивает опосредующую роль Интернет-зависимости при возникновении отстраненности, «витания в облаках», что приводит к школьному выгоранию и не способствует успешной самореализации в учебной деятельности [170].

В целом, современные авторы сходятся на том, что Интернет-среду возможно использовать как платформу для самореализации, так как Интернет,

это важная часть современных реалий, которая способствует развитию личности в различных аспектах.

В современных зарубежных исследованиях проблема самореализации представлена не так широко. Это связано в первую очередь, с синонимизацией понятий самореализация и самоактуализация, чего нет в отечественной научной литературе. Большинство зарубежных работ в этом аспекте посвящены именно самоактуализации и вопросам самоактуализированной личности [25]. Подобное слияние дефиниций усложняет теоретический анализ феномена самореализации как такого в зарубежной литературе. Тем не менее рассмотрим некоторые работы современных авторов.

J. A. Krems, D. T. Kenrick, R. Neel рассматривают феномен индивидуального восприятия непрофессиональной самореализации, а именно, какие мотивационные компоненты она в себя включает [160]. Авторы предприняли серию исследований, результаты которых показывают, что эффективность самореализации имеют ощутимую связь с социальными мотивами, в частности, с повышением социального статуса. Согласно авторам, люди сознательно связывают повседневное стремление к самореализации с социальными выгодами. При этом, помимо самореализации, ни один из других видов благополучия – эвдемоническое, гедонистическое, субъективное – не коррелирует с социальным статусом. Иными словами, люди проводят четкое различие между реализацией своего уникального потенциала и поиском смысла и цели в жизни (эвдемоническое благополучие), максимизацией удовольствия и минимизацией боли (гедонистическое благополучие) и укреплением ценности повседневной жизни, включающей работу, здоровье и социальные отношения (субъективное благополучие). Авторы приходят к выводу, что, несмотря на разницу способов, при помощи которых люди стремятся достичь самореализации, эти стремления неизбежно связаны с базовыми, фундаментальными социальными мотивами, которые, в свою очередь, поддерживают и формируют эти стремления.

М. Amani, М. J. Shabahang рассматривают взаимосвязь самореализации с отношением к финансовому благополучию и психическим здоровьем [152]. Согласно результатам исследования, самореализация и отношение к деньгам связаны с психическим здоровьем через удовлетворение потребностей. Установлено, что люди с высоким уровнем самореализации и низким уровнем переживаний относительно финансового благополучия способны более эффективно удовлетворять свои потребности. В свою очередь развитая способность к качественному удовлетворению индивидуальных потребностей обуславливает улучшение показателей психического здоровья личности. Уверенные в себе и в своих действиях люди меньше переживают и испытывают другие дезадаптивные эмоции, и, следовательно, имеют более крепкую и стабильную психику. Если же человек испытывает перманентную тревогу относительно зарабатывания денег и имеет низкий уровень самореализации, снижаются показатели его психического здоровья, а также редуцирует возможность удовлетворения индивидуальных потребностей, включая базовые.

В исследовании Чжан Пэн Хао рассматривается самореализация китайцев в аспекте национальных особенностей [144]. Автором обнаружено, что у китайских женщин в аспекте самореализации наблюдаются социально-значимые установки средней выраженности. В основном самореализация личностная, направлена на семью. Профессиональная самореализация у китайских женщин выражена слабо. Мужчины-китайцы имеют выраженную конструктивность, креативность и оптимистичность в деятельности, т.е. у мужчин самореализация направлена в деятельность, в лично-профессиональную сферу.

В исследовании Хаммад Суад Мухаммад представлены результаты, доказывающие корреляцию жизнестойкости личности и самореализации. Подчеркивается, что в условиях стресса жизнестойкость выступает в качестве предпосылки самореализации личности [142]. Автором описана специфика самореализации у респондентов с разными типами

жизнестойкости, а также приведена психологическая структура самореализации в исследуемых группах. Так, респонденты с активно-вовлеченно-рисковым типом жизнестойкости демонстрируют преобразующую модель поведения, являющуюся условием достижения положительных результатов в проявлениях самореализации. Для пассивно-рисково-вовлеченного типа жизнестойкости характерна поведенческая модель приспособления в процессе самореализации. Таким образом автор приходит к заключению, что жизнестойкость выступает ключевым предиктором эффективности самореализации личности в трудных жизненных ситуациях.

Таким образом, изучив современные подходы к исследованию проблематики самореализации можно сделать следующие выводы:

Во-первых, несмотря на достаточный интерес современных исследователей к проблематике самореализации в отечественном научном сообществе не сформулирована единая концепция самореализации. В настоящий момент имеют место не только теоретические разночтения концептуального характера, связанные с сущностью самореализации и механизмов ее осуществления, но и разночтения, касающиеся факторов и предпосылок, детерминирующих эффективность самореализации, что усложняет объективный и всесторонний анализ данного феномена.

Во-вторых, важной характеристикой современного подхода к изучению самореализации личности является анализ обозначенного феномена в русле системной парадигмы, которая может использоваться в качестве базиса для обоснования характеристик самореализации, отражающих ее целостное содержание в конкретных проявлениях. В рамках полисистемного подхода многообразие личностных образований и характеристик, рассматривается системно и дает возможность для комплексного анализа индивидуального своеобразия указанного феномена в единстве с личностными свойствами, что подтверждают многочисленные исследования.

В-третьих, важным аспектом современных исследований выступает изучение самореализации в Интернет-пространстве, что особенно актуально в аспекте теоретического анализа особенностей самореализации специалистов информационных технологий.

В-четвертых, теоретический анализ зарубежных исследований самореализации усложняется смешением понятий «самоактуализация» и «самореализация», их синонимизацией, что препятствует дифференциации последнего.

### **1.3. Индивидуально-психологические предпосылки профессиональной самореализации личности**

Научные работы, посвященные процессам самореализации в профессиональной сфере, рассматриваются как отечественными, так и зарубежными авторами. Следует отметить, что не все работы напрямую посвящены профессиональной самореализации, некоторые затрагивают ее лишь косвенно.

В работе Ю. В. Шаронина изложена позиция автора относительно понимания места и роли ситуации выбора профессии в контексте всей жизни [147]. Отмечается современная тенденция к изменению выпускниками учебных заведений профессионального рода деятельности после окончания обучения. Поскольку на сегодняшний день динамика профессиональных трансформаций велика, что вызвано в том числе и активным внедрением в образовательный процесс инновационных технологий, связанных с междисциплинарностью в профессиональной сфере деятельности, комплексный и объективный анализ ситуации профессиональной самореализации возможен только при ее изучении во взаимосвязи с личностными характеристиками. Основополагающими психологическими детерминантами профессиональной самореализации правомерно рассматривать личностную и профессиональную успешность индивида, его

готовность к постоянному профессиональному самосовершенствованию, диалогичность профессионального становления, свободу для проявления инициативы в выборе профессиональной сферы деятельности, ценностные ориентации профессионального сообщества.

Результатом профессиональной самореализации является формирование у человека профессионального сознания, которое выражается в следующих положениях:

- человек осознает, к какому профессиональному сообществу он принадлежит;
- понимает, насколько он соответствует принятым профессиональным стандартам и эталонам и определяет свое положение в системе профессиональных ролей;
- понимает уровень своего признания в профессиональном сообществе;
- осознает, какие профессиональные компетенции развиты на высоком уровне, а какие требуют роста, а также посредством каких инструментов можно достичь самосовершенствования;
- представление о себе и своей работе в будущем.

Степень развитости обозначенных характеристик позволяет оценить уровень профессиональной самореализации человека [147].

И. В. Костакова и С. С. Белоусова также изучали вопросы профессиональной самореализации и анализировали ее психологическую основу [64]. Авторы исследуют именно профессиональную самореализацию, а не профессиональное самоопределение, как это встречается в большинстве работ. Они выявляют особенности личности, которые будут способствовать данной самореализации. Авторы исследовали взрослых людей, по которым уже можно судить состоялась их профессиональная самореализация или нет. Кроме того, особенностью данного исследования выступало то, что за основу брались люди не конкретной профессии, а совершенно разных. Результаты самореализации сопоставлялись с уровнем самореализации личностным. В результате исследователи выявили факторы успешной профессиональной

самореализации личности: деятельностный и эмоционально-личностный. Кроме того, исследование показало, что самой успешно реализуемой группой была группа людей профессиональной сферы «человек-знак». Они более жизнедеятельны, активны и добиваются профессиональной самореализации чаще других групп.

F. Martela и A. Pessi рассматривают проблематику самореализации в контексте понятия «значимая работа» [164]. Профессиональная деятельность не только обеспечивает потребность в финансовом обеспечении человека, но и является инструментом его развития. Для многих работа становится смыслом жизни, она обретает исключительную значимость в сравнении с другими жизненными ценностями. В какой-то мере она занимает место религии. Используя термин «значимая работа», авторы говорят о профессиональной деятельности, которая способствует социальной самореализации личности. Однако данное понятие весьма противоречиво и не доработано. Поэтому авторы в своем исследовании поставили задачу его конкретизировать.

В результате рассмотрения различных позиций по данному поводу, было выведено следующее определение значимости в аспекте профессиональной деятельности – это значимость работы именно с позиции личности. Значимая работа дает потенциал развития не только в профессиональной сфере, но и в других сферах жизнедеятельности, обеспечивая тем самым ощущение личностной ценности. Отмечается, что такая работа должна быть направлена не только на финансовый аспект, но и на принесение блага обществу. Если людям будет предоставлена возможность заниматься значимой для них профессиональной деятельностью, то это станет гарантом реализации человека и гарантом, того, что его работа будет выполняться качественно и ответственно. Т.е. работа будет давать возможность чувствовать себя самореализованным. Согласно мнению авторов, предшествующие исследования рассматривали понятие

профессиональной деятельности в аспекте самореализации довольно узко, данный подход носит более широкий характер.

Как правило авторы, исследующие проблему профессиональной самореализации, описывают специфику феномена в разрезе определенного вида профессиональной деятельности.

Так, С. И. Кудинов с соавторами рассматривают аспект профессиональной идентичности в самореализации психологов-педагогов. Установлено, что чем лучше сформирована профессиональная идентичность, тем удачнее складывается самореализация педагога. Слабо сформированная профессиональная идентичность педагогов-психологов не дает возможности реализовывать себя в профессии, т.к. им не хватает смелости, уверенности и креативности [83].

В другом исследовании С. И. Кудинов с соавторами изучает проблему профессиональной самореализации в аспекте ее взаимосвязи с психическим здоровьем педагогов в период дистанционного обучения [161]. Дается определение психического здоровья педагога, которая с позиции автора включает в себя эмоциональную устойчивость, самопринятие, способность к самореализации, формирование ценностных ориентаций, способность адаптироваться к условиям социальной среды. В результате исследования было обнаружено, что взаимосвязь между этими категориями прямая. Хорошее психическое здоровье тесно связано с качественной профессиональной самореализацией. Педагог, который оптимистичен, устойчив эмоционально, стремится развиваться в своей профессии. В то время как педагог с низким уровнем психического здоровья обычно демонстрирует слабую профессиональную самореализацию, так как в таком случае человеку просто не хватает эмоциональных сил на развитие и творческий подход к своей профессии. Автор отмечает, что в период пандемии психическое здоровье педагогов существенно стало хуже, что отразилось на профессиональной деятельности и профессиональной реализации. Так как сами педагоги испытывали стресс, от происходящего, тревогу и волнения.

И такая деятельность, как дистанционное обучение, была для них довольно новой, а ситуация и настрой не способствовали творческому подходу.

С. С. Белоусова анализирует специфику самореализации личности педагогов в контексте духовно-нравственного самосознания [19]. По результатам исследования, предпринятого автором, установлено, что сбалансированный характер самореализации актуален в отношении педагогов с религиозным духовно-нравственным самосознанием. Ведущими характеристиками самореализации данной подвыборки являются активность, интернальность, конструктивность, мотивация, креативность и конструктивность. Гармоничный тип самореализации демонстрируют педагоги с духовно-нравственным самосознанием по типу светское, в их структуре самореализации отмечаются самые высокие значения параметра инертность, а также преобладание социально-корпоративных установок. Характеристикой респондентов с эгопрагматическим самосознанием является эгоцентрическая мотивация самореализации и преобладание таких параметров, как социально-корпоративные установки, активность, оптимистичность, конструктивность, интернальность и креативность.

Катькало К. Д. выделяет характерные типы личностно-профессиональной самореализации педагогов-психологов, различающиеся особенностями выраженности ее структурных компонентов («позитивный», «негативный», «мнимый» и «перспективный») [54]. Первый кластер – позитивный тип личностно-профессиональной самореализации – характеризуется выраженностью всех компонентов: эмоционального, ресурсного, деятельностного и оценочно-целевого. Данный тип свойствен лицам с высокими показателями профессиональной идентичности, со сформировавшейся определенной совокупностью личностно значимых целей, ценностей и убеждений, обеспечивающих чувство направленности и осмысленности жизни. Второй кластер – негативный тип личностно-профессиональной самореализации – характеризуется отсутствием выраженности какого-либо компонента в структуре личностно-

профессиональной самореализации. У педагога-психолога не имеется прочных целей, профессиональных ценностей и убеждений, профессиональная деятельность не имеет личностного смысла, не приносит значимых результатов, не способствует раскрытию личностного потенциала и достижению самореализации в профессии. Третий кластер – мнимый тип личностно-профессиональной самореализации – характеризуется выраженностью всех компонентов, кроме ресурсного. При высоких профессиональных результатах деятельности наблюдаются недостаточная ресурсная основа, низкие показатели жизнестойкости, стрессоустойчивости, рефлексивности, что затрудняет достижение самореализации. В четвертый кластер – перспективный тип личностно-профессиональной самореализации – вошли педагоги-психологи, личностно-профессиональная самореализация которых характеризуется, напротив, выраженностью ресурсного компонента, т.е. имеется потенциал для достижения значимых результатов и самореализации в профессии, однако отсутствуют целеполагание, профессиональный опыт и, как следствие, нестабильна эмоциональная сфера.

Помимо исследований характеристик самореализации представителей педагогических профессий в отечественной литературе широко представлены работы, посвященные специфике профессиональной самореализации сотрудников силовых структур.

А. О. Бурцев с соавторами предприняли анализ самореализации личности сотрудников органов внутренних дел [23]. Установлено, что сотрудники ОВД демонстрируют высокую степень понимания своих возможностей и стремлений, а также способны воплощать их в действительность. Им свойственны стремление к профессиональному и личностному развитию, а также к социальному признанию. В мотивационном компоненте самореализации преобладают социоцентрические мотивы, реализация эгоцентрических мотивационных установок осуществляется социально приемлемым путем. Авторы подчеркивают, что при актуализации способностей

в профессиональной, а также личной и социальной сферах жизнедеятельности сотрудников ОВД, наблюдаются различия в направленности самореализации. Самореализация у представителей данной профессии коррелирует с уровнем личной деформации, что отличает их от сотрудников гражданских специальностей. В связи с чем полноценный анализ специфики самореализации сотрудников правоохранительных органов возможна лишь с учетом объективных параметров, таких как возраст, звание, трудовой стаж, подразделение.

Специфика самореализации сотрудников правоохранительных органов является предметом исследования И. В. Кулишевой [93]. По результатам исследования стратегий поведения сотрудников ФСИН, автор отмечает, что структура самореализации респондентов и выраженность ее смысловых характеристик варьируются в зависимости от поведенческой модели. У сотрудников ФСИН с деструктивной стратегией поведения наблюдаются проявления ситуативных барьеров, консервативности, экстернальной регуляции и общая неудовлетворенность качеством жизни, что усложняет осуществление ими успешной самореализации. Основными компонентами избегающей модели поведения выступают установки на пессимистичность, выражены приспособление и инертность, личные барьеры, в мотивационном компоненте преобладают мотивы избегания. Сотрудники с такой стратегией поведения демонстрируют низкую результативность и негативный эмоциональный настрой. Респондентам с конструктивной поведенческой моделью свойственны активность, стремление к преобразованию и достижению, оптимистичность, креативность и удовлетворенность жизнью, что обуславливает эффективность в самоосуществлении в трудовой деятельности.

А. С. Сергиенко определяет стратегию поведения сотрудников органов внутренних дел как необходимое условие эффективной самореализации [128]. Согласно автору, сотрудники ОВД обладают необходимыми навыками психической саморегуляции, используют преимущественно конструктивные

копинг-стратегии, тем самым обеспечивают сохранность своего психического здоровья и демонстрируют высокие показатели успешности профессиональной деятельности. Перечисленные характеристики позволяют обеспечить эффективность их самореализации.

Рассмотрим исследования, затрагивающие вопросы самореализации студентов как будущих участников трудовой деятельности.

С. И. Кудинов и И. В. Кулишевская описывают специфику самореализации студентов в контексте поведенческих стратегий [84]. Ими установлено, что студентам с агармоничным типом самореализации свойственна слабая выраженность стремления к самореализации в сочетании с высоким уровнем пессимистических тенденций. Студенты, использующие избегающую стратегию поведения, демонстрируют проявления беспокойства и тревоги при смене деятельности, они слабо организованны, неинициативны и не разделяют ценности самореализующейся личности. Студенты с гармоническим типом самореализации, напротив, инициативны, активны во всех сферах жизнедеятельности, стремятся использовать новые инструменты самовыражения, с готовностью проявляют свой личностный и профессиональный потенциал, что позволяет им испытывать удовлетворение от процесса самореализации.

В другом исследовании С. И. Кудинов с соавторами анализируют психологические основы самореализации как карьерной ориентации студентов [78]. Выявлены различия в профессиональной самореализации у студентов российских и сербских. Отмечено, что сербские студенты более нацелены на профессиональную самореализацию, на карьерный рост. Российские студенты нацелены в основном на более свободный график и работу внутри страны.

К. Д. Кателько и А. А. Печеркина предприняли эмпирическое исследование самореализации студентов-психологов, совмещающих учебную и трудовую деятельность [55]. Авторы выделяют несколько типов личностно-профессиональной самореализации студентов, имеющих различия в степени

выраженности деятельностного, ресурсного, оценочно-целевого и эмоционального компонентов. К ним относятся успешный, перспективный, ложный, формальный, сдержанный и романтический тип личностно-профессиональной самореализации, каждый из которых детерминирован определенным набором компонентов.

S. Cetinkaya, N. E. Gunes рассматривают проблему профессиональной самореализации в свете важности организации дополнительного образования с целью повышения квалификации [156]. На основе исследования, посвященного изучению взаимосвязи между уровнем самореализации медицинских сестер и эмоциональным выгоранием, они установили, что у сотрудников с высоким уровнем самореализации средние показатели профессиональной эффективности выше, а средние показатели десенсибилизации и эмоционального выгорания ниже. Кроме того, уровень самореализации медицинских сестер, имеющих последипломное образование, участвовавших в мероприятиях, направленных на повышение квалификации, значительно превышает уровень самореализации сотрудников, которые не проходят обучение.

Несмотря на достаточно широкую представленность в научной литературе исследований профессиональных аспектов самореализации в разрезе различных видов трудовой деятельности, наблюдается слабая изученность специфики самореализации представителей цифровых профессий, практически отсутствуют данные об индивидуально-психологических особенностях самореализации специалистов информационных технологий, несмотря на очевидную актуальность проблематики [75].

Рассмотрим имеющиеся исследования самореализации отечественных и зарубежных авторов в аспекте информационно-компьютерной деятельности.

A. Tripath в своем исследовании показывает, что как благоприятная рабочая среда, так и гибкость обучения оказывают значительное и положительное влияние на профессиональную самореализацию

специалистов ИТ-сферы [168]. Кроме того, гибкость обучения значительно коррелирует с эффективностью работы организации. Гибкость обучения и организационные инновации сыграли посредническую роль в косвенном влиянии благоприятной рабочей среды и организационной культуры обучения на профессиональную самореализацию. Это первое известное исследование, в котором подчеркивается, что как благоприятная рабочая среда, так и культура обучения необходимы для повышения эффективности работы организации за счет гибкости обучения, а также профессионального самовыражения сотрудников.

Л. Н. Плоткина предприняла исследование профессионально-личностного становления ИТ-специалиста в психолого-педагогическом аспекте [117]. Согласно автору, в настоящее время различные исследователи, как российские, так и зарубежные установили определенные критерии успешной профессиональной реализации ИТ-специалистов, данные критерии сводятся к тому, что необходимо детально знать свою профессию, четко следить за всеми нововведениями и изменениями. Как показывает практика последних лет, процесс освоения новых специальностей, включая сферу ИТ-индустрии, должен быть тщательно исследован в целях установления значимых условий и факторов, определяющих успешность адаптации студентов в образовательном пространстве вуза и, как следствие, успешность их профессионального и личностного становления. Данный процесс был рассмотрен в многомерном ракурсе с учетом всех внешних составляющих образовательного пространства вуза и индивидуальных факторов, связанных с мотивами выбора будущей профессиональной деятельности, знаниями и способностями, влияющими на дальнейшее самоопределение студентов.

Сценарный подход к анализу эмпирически полученных данных имеет достаточно глубокие традиции в практике психологических исследований, что позволяет использовать уже зарекомендовавшие себя методические разработки и понятийный аппарат для понимания закономерностей профессионально-личностного становления ИТ-специалистов.

Так, например, в исследовании Ю. С. Тюнникова и М. А. Мазниченко выделены три «типовых сценария» становления профессионала: непродуктивный; низкопродуктивный; высокопродуктивный [135]. Основанием для выделения указанных сценариев являются личностные установки студентов по отношению к образовательному процессу, которые варьируются от полного отрицания значимости получаемой профессиональной подготовки до высокого уровня субъективной оценки получаемых знаний и максимального принятия ответственности за конечный результат обучения.

Согласно исследованию, образовательное пространство ВУЗа может рассматриваться как пространство, задающее студентам необходимость выбора сценария их профессионально-личностного становления. Следует также заметить, что применение сценарного подхода к исследованию профессионального становления будущих ИТ-специалистов позволяет выделять наиболее устойчивые, а значит предсказуемые линии поведения и реакции обучаемых, возникающие под влиянием ограничений, требований и стимулов, исходящих из локального образовательного пространства ВУЗа.

Согласно Л. Ф. Насейкиной и В. К. Тагирову, профессиональная самореализация ИТ-специалистов зависит вплотную от качества их обучения, от их умений и навыков [102]. Для успешной самореализации необходимо совмещение когнитивного, мотивационно-ценностного, деятельностного и личностного компонентов. К когнитивному относятся непосредственно знания, связанные с их специальностью. Деятельностный компонент содержит практические умения и навыки в сфере ИТ. Мотивационно-ценностный компонент определяет уровень мотивации на развитие в данной профессии. Личностный компонент состоит непосредственно из качеств, которые свойственны человеку данной профессии.

Л. Н. Бахтиярова и С. А. Балунова рассматривают специфику профессионального самоопределения и самореализации студентов ИТ-специальностей [19]. Исследование автора направлено на выявление

возможностей реализации студентов цифровых специальностей и на правильность выбора профессии. Эмпирический анализ показал, что зачастую будущие ИТ-специалисты недостаточно мотивированны в получении качественных знаний, а, следовательно, и в самореализации. Кроме того, довольно небольшой процент собирается совершенствовать свои знания после института. Также отмечается недостаточность знаний, полученных в ВУЗе, для эффективности дальнейшей трудовой деятельности.

Согласно данным исследования, будущие ИТ-специалисты имеют такие личностные характеристики, как низкая стрессоустойчивость, слабо развитые коммуникативные навыки, самостоятельность, усидчивость, лидерские качества. В целом можно сказать, что выбор профессии у большинства респондентов осознанный, но уровень мотивации получения глубоких знаний достаточно низкий. Ключевой ценностью для ИТ-специалиста является самореализация и возможность творчески подходить к решению задач. Для многих решение сложных задач становится долгосрочными инвестициями в себя: повышение рыночной капитализации за счет накопления опыта, навыков и знаний. Нередко уникальный проект мотивирует специалистов больше, чем размер дохода. Авторы делают вывод о том, что профессиональное самоопределение выпускника ИТ-специальности является длительным и трудоемким процессом. Для того, чтобы быть качественным специалистом и успешно реализоваться в данной сфере, необходим большой объем знаний и навыков, для этого необходимо как личное участие студентов (стремление получать знания и умения), так и непосредственное совершенствование программы обучения ИТ-специалистов.

Эмпирическое исследование особенностей самореализации студентов, получающих специальность в цифровой сфере, проведенное Е. Н. Беляевой и Н. О. Козловой, показало, что такие качества, как активность, креативность и оптимизм, являются факторами, влияющими на успешность их самореализации [154]. Полученные данные могут лечь в основу оптимизации

программ высшего образования в контексте формирования успешной профессиональной самореализации студентов с учетом ключевых особенностей их личностной активности, а также составить основу для дальнейшего изучения личностных и профессиональных качеств будущего специалиста.

А. М. Балыкина представила теоретическую модель личностных характеристик самореализации студентов в информационно-компьютерной деятельности [15]. Она представляет собой динамичную систему, состоящую из взаимосвязанных между собой компонентов: когнитивного, эмоционального и мотивационно-волевого. Эмпирические данные исследования, предпринятого автором, свидетельствуют о том, что в когнитивном компоненте у студентов с высоким уровнем эффективности самореализации отмечается высокие показатели по параметрам дипломатичности, самосознания и радикализма с умеренной выраженностью интеллекта; эмоциональный компонент представлен низкой степенью чувствительности и сензитивности с ярко выраженной установкой на самопринятие и самоуважение; высокий уровень мотивации на достижение успехов, оптимистичность, самоуверенность, доминантность и установка на положительное отношение окружающих представлены в иерархии характеристик мотивационно-волевого компонента. Автор отмечает, что девушкам в большей мере свойственны самопонимание и аутосимпатия, тогда как юноши в процессе самореализации демонстрируют направленность на положительную оценку окружающих.

Таким образом, на основании проведенного теоретического анализа проблематики профессиональной самореализации в трудах отечественных и зарубежных исследователей можно сделать следующие выводы:

Во-первых, чаще всего исследователи занимаются изучением профессиональной самореализации у представителей конкретной профессии, но существуют исследования, которые соотносят ее специфику у людей разных профессий.

Во-вторых, несмотря на достаточно широкую представленность в научной литературе исследований профессиональных аспектов самореализации в разрезе различных видов трудовой деятельности, наблюдается слабая изученность специфики самореализации представителей цифровых профессий, практически отсутствуют данные об индивидуально-психологических особенностях самореализации специалистов информационных технологий, несмотря на очевидную актуальность проблематики.

В-третьих, имеющиеся различия в подходах исследователей к проблеме к профессиональной самореализации требуют уточнения ее определения. В настоящем исследовании понятие «профессиональная самореализация» интерпретируется как объективизация профессионально-личностного потенциала субъекта при выполнении деятельности, обеспечивающее качество ее выполнения и удовлетворенность процессом и результатом труда.

### **Выводы по первой главе**

На основании проведенного анализа подходов зарубежных и отечественных авторов к проблеме самореализации можно сделать следующие выводы.

1. В западном научном сообществе психологический аспект понятия самореализации опирается в большей мере на гуманистический и экзистенциальный подходы (Д. Бьюдженталь, К. Гольдштейн, А. Маслоу, К. Роджерс), в рамках которых феномен самореализации понимался как интернальное движение к самоидентичности, определение потенций личностного развития, поиск собственного Я. На современном этапе анализ самореализации в зарубежной литературе усложняется смешением понятий «самоактуализация» и «самореализация», их синонимизацией, что препятствует дифференциации. Кроме того, зарубежные исследователи демонстрируют стремление ограничиться общими философскими

концепциями в ходе изучения самореализации и не предпринимают попыток конкретизировать такой сложный и многогранный феномен. Мы не встречаем в западной научной литературе описание уровней, форм и типов самореализации, равно как и других элементов данного понятия.

2. В отечественной психологии теоретико-методологические основы для исследования вопросов самореализации личности заложены К. А. Абульхановой-Славской, Б. Г. Ананьевым, Г. А. Асмоловым, В. В. Давыдовым, С. Л. Рубинштейном, Л. С. Выготским. В советский период проблематика самореализации личности разрабатывалась в основном в русле социальной философии и социальной психологии. Тем не менее отечественному научному сообществу не удалось прийти к единой концепции самореализации. Недостаточная определенность феномена самореализации обозначает методологическую проблему его изучения.

3. Исследовав современные подходы к вопросу самореализации, можно отметить возросшую за последние десять лет актуальность данной проблемы, увеличение числа научных работ, посвященных изучению феномена. Самореализацию рассматривают с различных позиций, часто во взаимосвязи с другими психологическими категориями.

4. Несмотря на достаточный интерес современных исследователей к проблематике самореализации, в отечественном научном сообществе не сформулирована единая концепция самореализации. В настоящий момент имеют место не только теоретические разночтения концептуального характера, связанные с сущностью самореализации и механизмов ее осуществления, но и разночтения, касающиеся факторов и предпосылок, детерминирующих эффективность самореализации, что усложняет объективный и всесторонний анализ данного феномена.

5. Наблюдается слабая изученность специфики самореализации представителей цифровых профессий, практически отсутствуют данные об индивидуально-психологических особенностях самореализации

специалистов информационных технологий, несмотря на очевидную актуальность проблематики.

6. В своей работе мы опираемся на полисистемный подход к пониманию самореализации, который способствует полному и всестороннему раскрытию такого сложного феномена. Системная парадигма может использоваться в качестве базиса для обоснования характеристик самореализации, отражающих ее целостное содержание в конкретных проявлениях. В рамках данного подхода многообразие личностных образований и характеристик, рассматривается системно и дает возможность для комплексного анализа индивидуального своеобразия указанного феномена в единстве с личностными свойствами, что подтверждают многочисленные исследования.

7. В настоящем исследовании понятие «профессиональная самореализация» интерпретируется как объективизация профессионально-личностного потенциала субъекта при выполнении деятельности, обеспечивающее качество ее выполнения и удовлетворенность процессом и результатом труда.

## **ГЛАВА 2. ВЫДЕЛЕНИЕ И ОБОСНОВАНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ТИПОЛОГИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ САМОРЕАЛИЗАЦИИ СПЕЦИАЛИСТОВ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

### **2.1. Организация эмпирического исследования и характеристика методик**

Целью эмпирического исследования является выявление индивидуально-психологических особенностей самореализации специалистов сферы информационных технологий.

Исходя из цели перед нашим исследованием были поставлены следующие задачи:

1. Отобрать адекватные цели исследования диагностические методики.
2. Провести экспериментальное исследования при помощи отобранных психодиагностических методик.
3. Распределить испытуемых по кластерам в соответствии с ведущими индивидуально-типологическими особенностями.
4. Установить наличие или отсутствие связи между личностными характеристиками, которыми обладают испытуемые с различным уровнем самореализации.
5. Выявить общие и специфические особенности в структурной организации самореализации у специалистов информационных технологий.

Для достижения поставленной цели нами был проведен теоретический обзор, отобран психодиагностический инструментарий, составлена программа эмпирического исследования. Общий план эмпирического исследования был направлен на решение поставленных перед исследованием задач, доказательства правомерности выдвинутых нами гипотез.

На первом этапе применялся теоретический анализ литературы, в ходе которого систематизировались концептуальные подходы к проблематике

самореализации личности, история развития представлений о данном феномене, а также разработанность проблематики на современном этапе в рамках отечественных и зарубежных психологических исследований. Приводится конкретизация и операционализация понятия исходя из полисистемного подхода. Рассматриваются индивидуально-типологические особенности как предпосылки успешного самовыражения.

Следующий этап работы – непосредственно психодиагностический, в ходе которого с помощью отобранных валидных и надежных методик проводилось эмпирическое исследование. Полученные результаты раскрывают роль индивидуальных особенностей личности в осуществлении самореализации личности специалистов цифровой сферы.

Далее использовались количественные методы математической статистики (сравнительный анализ, корреляционный анализ, факторный анализ), а также метод качественного анализа результатов эмпирического исследования.

В исследовании приняли участие 154 человека в возрасте от 22 до 44 лет (средний возраст –  $32,09 \pm 5,71$ ). Выборку составили технические специалисты, сотрудники ведущих российских ИТ-компаний (г. Москва): разработчики, аналитики, специалисты по ручному и автоматизированному тестированию, специалисты технической поддержки, руководители ИТ-проектов.

На этапе эмпирического исследования использовались следующие психодиагностические методики:

1. «Многомерный опросник самореализации личности – МОСЛ» (С. И. Кудинов, С. С. Кудинов), разработанный в рамках полисистемной концепции личности [80].

Цель методики – исследование индивидуальной специфики процесса самореализации. Самореализация рассматривается в контексте воплощения личностью собственных способностей, знаний, умений и навыков,

возможностей в настоящий момент времени в различных сферах жизнедеятельности.

Основу методики составляют 16 шкал, которые образуют 8 компонентов самореализации личности – ценностно-целевой, динамический, организационный, эмоциональный, мотивационный, прогностический, когнитивный, компетентностно-личностный. Дополнительная контрольная шкала позволяет оценить степень искренности и достоверности ответов респондентов. Опросник включает 120 утверждений, которые предлагается оценить по 6-балльной шкале (от «нет», до «однозначно да»). В зависимости от того, какова степень его согласия/несогласия с утверждениями, испытуемый может получить от одного до шести баллов за один ответ. Методика позволяет определить доминирующий вид в общей иерархии самореализации – личностную, социальную, профессиональную. В соответствии с базовыми положениями полисистемной модели самореализации, методика учитывает три типа факторов в проявлении самореализации – индивидуально-психологические характеристики, индивидуально-типологические особенности, а также социальные факторы.

Первая шкала, по которой производится диагностика – это шкала искренности. Если результат по шкале достоверности превышает 18 баллов, то это говорит о неискренности испытуемого, результат в таком случае является недостоверным. В случае, если сумма баллов находится в интервале 13 – 17 баллов – результат исследования сомнителен. Если опрошенный набрал от 0 до 12 баллов, то результат исследования достоверен.

## 2. «Индивидуально-типологический опросник ИТО» (Л. Н. Собчик) [133].

Цель методики – диагностика основных индивидуально-типологических характеристик личности.

Теория Л. Н. Собчик строится на том, что сложная система человеческой психики состоит из разных уровней, находящихся между собой в отношениях преемственности. Нижние уровни имплицитно содержат в себе зачатки того,

что на последующих уровнях развивается и становится многообразием качеств более высокого порядка. По мнению Л. Н. Собчик, основа структуры личности – это ортогональное соотношение между противоположными (разнонаправленными) качествами. При нормальных показателях, которые определяются умеренными баллами по шкалам свойств личности, имеет место уравнивание полярных свойств. За счет этого формируется стабильность личности. Когда полярные свойства ярко выражены, имеет место акцентуация свойств индивида.

Ведущие тенденции (наиболее выраженные свойства личности, черты характера) определяют индивидуальный тип переживаний человека, силу и направленность мотивации, стиль межличностного общения и особенности познавательных процессов. Индивидуально-типологический опросник был создан Л. Н. Собчик на основе русской версии теста ММРІ – СМІЛ.

Опросник состоит из 91 вопроса, требующих утвердительного или отрицательного ответа. Затем по каждой из 8 шкал подсчитывается сумма баллов в соответствии с ключом и полученные баллы откладываются на соответствующем радиусе. Интерпретация данных зависит от количества баллов на каждом радиусе:

- 0–2 балла – данные показатели свидетельствуют о гипоземотивности, плохом самопонимании;
- 3–4 балла – показатели в пределах нормы, что говорит о гармоничной личности;
- 5–7 баллов – умеренно повышенные показатели, соответствующие акцентуированным чертам личности
- 8–9 баллов – избыточно выраженные черты, что указывает на уровень дезадаптации.

Если результат по шкале лжи (неискренность) превышает порог 5 баллов, значит полученные данные недостоверны. Если контрольный показатель превышен (более 5 баллов) по шкале аггравации, указывающей на

подчеркивание проблем, то результаты также расцениваются как недостоверные.

В опроснике ИТО рассматриваются следующие пары противоположащих личностных свойств:

- Интроверсия (V) / Экстраверсия (I);
- Спонтанность (II) / Сензитивность (VI);
- Стеничность (агрессивность) (III) / Тревожность (VII);
- Ригидность (IV) / Лабильность (VIII).

Выраженность полярных свойств, когда одновременно являются избыточно выраженными такие характеристики, как экстраверсия и интроверсия, спонтанность и сензитивность, тревожность и агрессивность, ригидность и лабильность, свидетельствует о значительную эмоциональной напряженности испытуемого.

3. «Личностный опросник – EPI» (Г. Айзенк) в адаптации А. Г. Шмелева [123].

Цель опросника – определение типа, ведущих черт личности.

Структура личностного опросника Г. Айзенка (EPI) включает 57 вопросов, нацеленных на определение основных свойств темперамента личности: ориентация на внешний мир («экстраверсия») и баланс процессов торможения и возбуждения ВНД («нейротизм»). Из всех вопросов 24 направлены на исследование уровня интроверсии – экстраверсии, еще 24 исследуют уровень эмоциональной стабильности личности, ее нейротизм. Оставшиеся 9 вопросов, составляют контрольную шкалу достоверности, направлены на оценку искренности респондента, его отношения к проводимому обследованию и достоверности полученных данных (показатель более четырех баллов указывает на недостоверность результатов, некоторую демонстративность личности).

Испытуемому необходимо выбрать один из трех вариантов ответа: «да», «нет», «не знаю». Каждое совпадение с ключом оценивается в 2 балла, варианта «не знаю» – 1 балл, затем подсчитывается общая сумма баллов.

В нашем исследовании мы использовали только показатели «интроверсия-экстраверсия» с целью подтверждения результатов опросника Л. Н. Собчик.

Черта экстраверсии-интроверсии относится к аспекту личности, который противопоставляет такие качества, как общительность, напористость и энтузиазм, с одной стороны, и социальная сдержанность, спокойствие и вдумчивость – с другой.

Экстраверсия означает склонность к общению, импульсивность, ориентацию на внешний мир. Интроверсия – углубленность в себя, сдержанность, сосредоточенность на внутреннем мире.

Относительно данной шкалы, образуется 7 степеней выраженности индивидуально-психологических характеристик: яркий экстраверт, потенциальный экстраверт, экстраверт, амбиверт, интроверт, потенциальный интроверт, сверхинтроверт.

4. Опросник «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций» «SACS» (С. Хобфолл) в адаптации Н. Е. Водопьяновой, Е. С. Старченковой [27].

Методологическую основу данного опросника исследования стратегий совладания SACS составляет многоосевая модель «поведения преодоления» стресса, автором которой является С. Хобфолл.

Цель опросника – получение представления о стратегиях и моделях копинг-поведения (стресс-преодолевающего поведения) в качестве типичных реакций.

Опросник состоит из 54 вопросов, степень согласия с которыми необходимо дифференцировать по шкале Лайкерта (от «нет, совершенно неверно» до «да, совершенно верно»). В результате диагностируются 9 основных стратегий поведения в стрессогенных ситуациях, имеющих различную направленность – копинги активные/пассивные, просоциальные/асоциальные, прямые/непрямые. Далее определяется индекс конструктивности предпочитаемого копинга, что позволяет сделать вывод об адаптивности/дезадаптивности совладающего поведения и эффективности проблеморазрешения.

Стратегии преодоления относятся к когнитивным и поведенческим усилиям по модуляции внутренних и внешних требований, оцениваемых как превышающие личные ресурсы. Определенные стратегии преодоления стресса облегчают стресс и способствуют положительным психологическим результатам, в то время как другие усугубляют стресс и способствуют негативным психологическим результатам.

Предложенная модель имеет две основные оси: просоциальная – асоциальная, активная-пассивная и одну дополнительную ось: прямая – непрямая.

Данные оси представляют собой измерения общих стратегий преодоления. Введение просоциальной и асоциальной оси основывается на следующем: многие жизненные стрессоры являются межличностными или имеют межличностный компонент; индивидуальные усилия по преодолению имеют потенциальные социальные последствия; действие преодоления часто требует взаимодействия с другими людьми и с обществом в целом.

К тому же обращение к индивидуальному и социальному контексту преодоления дает возможность более сбалансированного и объективного сравнения между мужчинами и женщинами, так как в этой сфере не так значимо проявление психологических особенностей мужского и женского полов.

Прямая-непрямая ось преодолевающего поведения, предложенная С. Хобфоллом, увеличивает межкультурную применимость опросника SACS. Данная ось позволяет дифференцировать копинг (преодоление) с точки зрения поведенческих стратегий как проблемно-ориентированных усилий (прямых или манипулятивных).

Данная классификация поведенческих стратегий преодоления является более детальной, а также снимает некоторые ограничения, которые накладывают проблемно- и эмоционально-ориентированное «поведение преодоления» и гендер.

Поведенческий подход позволяет более дифференцированно подойти к различиям в преодолении. Кроме этого, он позволяет вносить коррекцию на

уровне поведения и, следовательно, является перспективным с точки зрения возможности психологического вмешательства в процесс преодоления негативных последствий профессиональных стрессов.

Таким образом, в соответствии с данным подходом, в совладании со стрессом возможны три основных типа стратегий преодоления: ориентированные на просоциальные или антисоциальные действия, на активное решение проблем или пассивное избегание, на прямые или не прямые действия.

В исследовании были использованы следующие методы статистической обработки данных: коэффициент ранговой корреляции Спирмена  $r$ , коэффициенты сравнения независимых выборок  $U$ -критерий Манна – Уитни и  $H$ -критерий Краскела – Уоллиса для определения статистически достоверных различий при уровне значимости  $p < 0,05$ , кластерный анализ по методу  $k$ -средних, факторный анализ варимакс методом. Для обработки результатов исследования использовался статистический пакет SPSS 13.0, для визуализации данных – Python-библиотека Matplotlib.

## **2.2. Выделение и обоснование индивидуально-типологических предпосылок самореализации личности ИТ-специалистов**

На первом этапе исследования были описаны количественные показатели, полученные по методикам «Индивидуально-типологический опросник – ИТО» (Л. Н. Собчик), «Личностный опросник – ЕРІ» (Г. Айзенк), опросник «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций – SACS» (С. Хобфолл). Мы проанализировали описательные статистики, средние значения по проведенным психодиагностическим методикам. В дальнейшем выборка была разделена и изучена с точки зрения выраженности тех или иных индивидуально-психологических особенностей.

По результатам проверки полученных данных на соответствие закону нормального распределения при помощи критерия Колмогорова-Смирнова мы выявили, что полученные в ходе нашего эмпирического исследования

данные не соответствуют закону нормального распределения, несимметричны, что может быть связано с особенностями специфики нашей выборки. ИТ-специалисты во многом мыслят «двоичной системой», которая используется при реализации их профессиональной деятельности. При заполнении опросников респонденты ориентированы на стремление выбирать в опроснике «крайние» – максимальные и минимальные значения.

Также применяемый для исследования нормальности распределения критерий Колмогорова-Смирнова чувствителен даже к небольшому отклонению от нормального, особенно по мере увеличения количества наблюдений ( $N=154$ ). Исходя из того, что данные не соответствуют нормальному распределению, для дальнейших статистических расчетов мы использовали непараметрические критерии.

Согласно результатам анализа средних значений индивидуальных характеристик у специалистов в области ИТ ведущими в индивидуально-типологическом профиле являются тенденции: «тревожность» ( $M=5,33\pm 1,26$ ), «стенничность» ( $M=4,77\pm 1,39$ ), «экстраверсия» ( $M=4,36\pm 1,87$ ) и «лабильность» ( $M=4,19\pm 0,94$ ). Умеренно выраженная тревожность свидетельствует об ответственном отношении к другим людям, стремлении быть созвучным социальной среде, а также об осторожности в принятии решений. Лабильность (эмотивность) указывает на пластичность в мотивационной сфере и собственно деятельности. Умеренная выраженность стеничности соответствует уверенной тенденции самоутверждения и активной самореализации, настойчивости в отстаивании своих интересов. Показатель экстраверсии свидетельствует о нормальной общительности у ИТ-специалистов. Умеренная степень выраженности данных характеристик не приводит к нарушениям социальной адаптации работников ИТ-компаний. Наименее выраженными являются проявления спонтанности (возбудимости) и интроверсии. Респонденты выборки не стремятся к раскованному самоутверждению, лидированию, не проявляют возбудимости, вспыльчивости (рисунок 1).

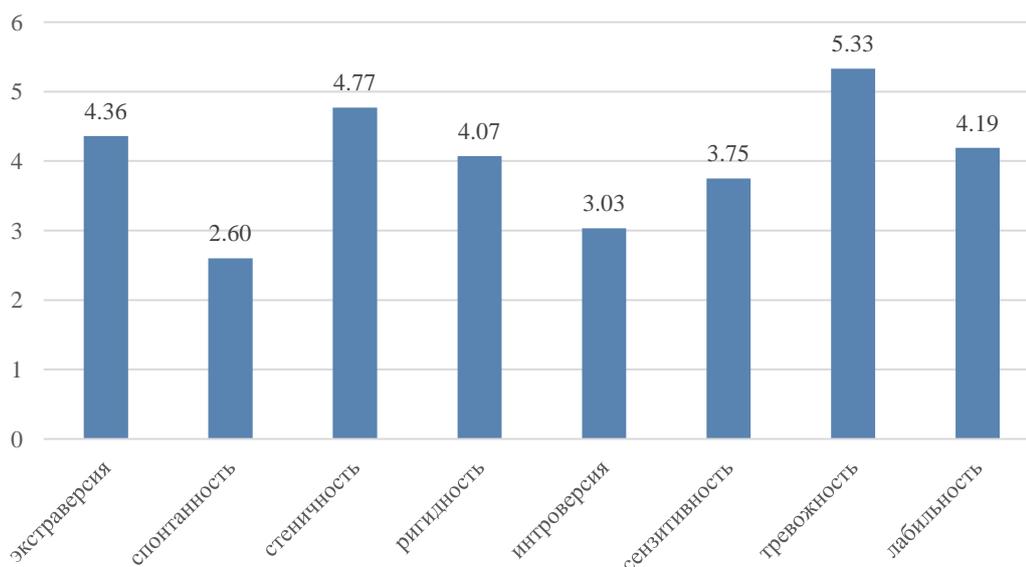


Рисунок 1. Выраженность индивидуально-психологических характеристик ИТ-специалистов ( $N=154$ )

При анализе степени выраженности свойств «интроверсия-экстраверсия» по методике Г. Айзенка установлено, что у ИТ-специалистов преобладает экстравертированная направленность личности: к типу «экстраверт» относятся 35 % респондентов ( $M=16,00\pm 1,07$ ), у 13,6 % выявлена яркая экстравертированность ( $M=20,33\pm 0,91$ ), тенденция к экстраверсии обнаруживается у 21,4 % обследованных ( $M=13,63\pm 0,49$ ). Менее всего в исследуемой выборке представлен тип «глубокий интроверт», к которому относятся 2,6 % респондентов ( $M=4,00\pm 0,39$ ). Это означает, что ИТ-специалистам в большей степени свойственна общительность, склонность к расширению социальных контактов и круга знакомств. Проявление застенчивости, склонности к саморефлексии, замкнутости, ориентация на свой внутренний мир, напротив, менее характерны для сотрудников ИТ-сферы. Отмечается также преобладание в исследуемой выборке быстрого формирования устойчивого и сильного реактивного торможения над медленным реактивным торможением в сочетании с его слабостью и малой устойчивостью (рисунок 2).

Анализ репертуара совладающих стратегий поведения показал (рисунок 3), что у специалистов, работающих в сфере информационных технологий в ситуации кризиса преобладают следующие модели копинг-поведения: «вступление в социальный контакт» ( $M=23,73\pm 3,58$ ), «поиск социальной поддержки» ( $M=22,71\pm 3,75$ ), «осторожные действия» ( $M=22,21\pm 3,83$ ).

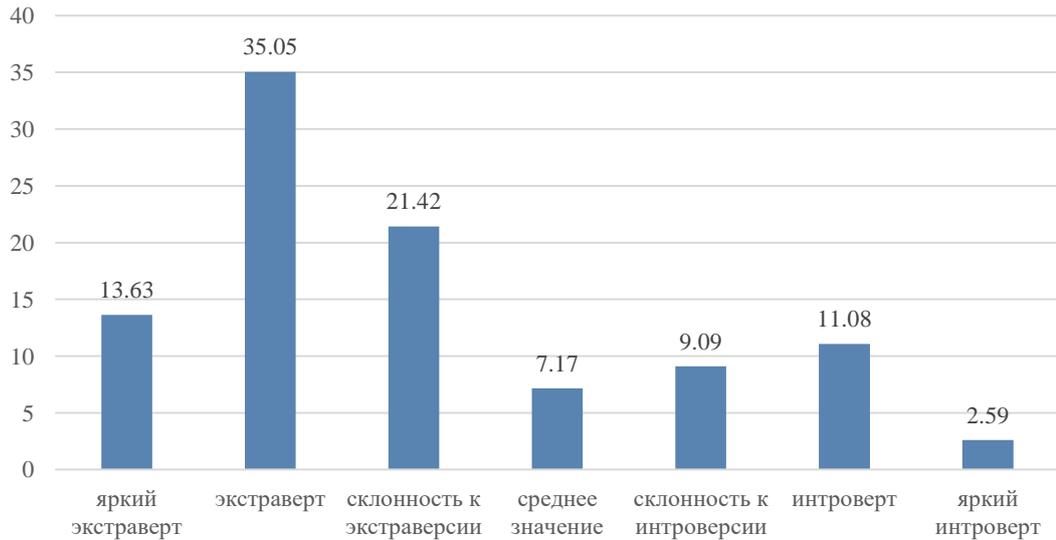


Рисунок 2. Распределение респондентов по характеристикам «интроверсия-экстраверсия» ( $N=154$ )

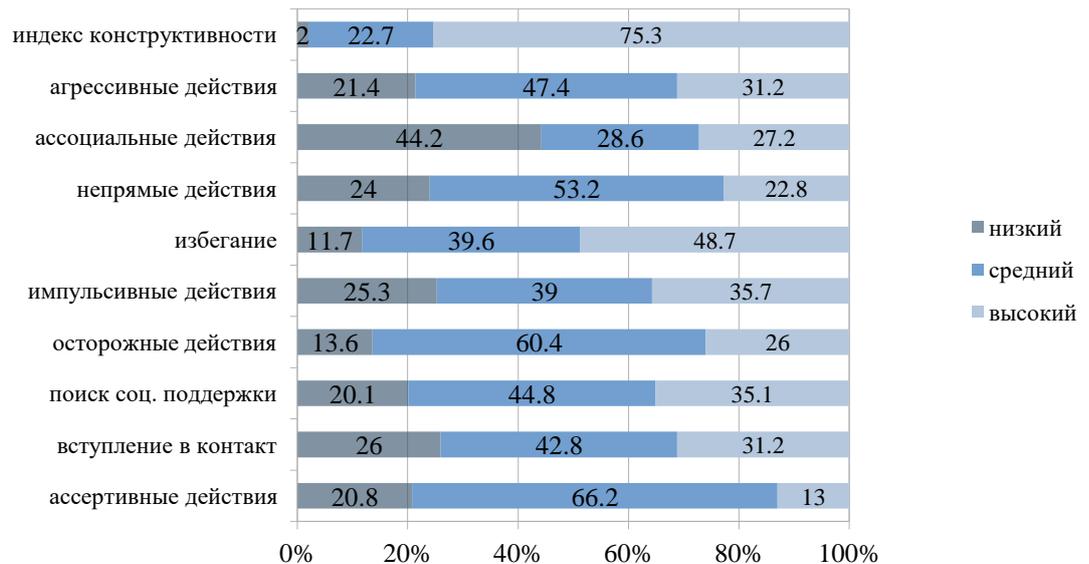


Рисунок 3. Распределение респондентов по уровню выраженности моделей копинг-поведения ( $N=154$ )

Анализ репертуара совладающих стратегий поведения показал, что у специалистов, работающих в сфере информационных технологий в ситуации кризиса преобладают следующие модели копинг-поведения: «вступление в социальный контакт» ( $M=23,73\pm 3,58$ ), «поиск социальной поддержки» ( $M=22,71\pm 3,75$ ), «осторожные действия» ( $M=22,21\pm 3,83$ ). Использование просоциального копинга свидетельствует о стремлении респондентов разделить свои переживания, трудности с окружающими, получить у них необходимое понимание и поддержку. Ярко выражена пассивная модель поведения «осторожные действия». Это означает, что ИТ-специалисты в проблемной ситуации чаще демонстрируют тенденцию к избеганию целенаправленных усилий. Мнительность, нерешительность, длительный анализ и тщательное обдумывание всех возможных сценариев трансформации кризисной ситуации можно расценивать как когнитивные усилия личности, направленные на отстранение от проблемы путем снижения ее значимости, что соотносится с выраженностью в индивидуально-типологическом профиле ИТ-специалистов характеристики «тревожность». В меньшей степени в репертуаре совладающих стратегий представлены «асоциальные действия» ( $M=15,72\pm 4,21$ ), они практически не свойственны специалистам ИТ-сферы. Респонденты не стремятся выйти за социально допустимые, нормативные рамки и ограничения, при разрешении проблемных ситуаций учитывают интересы других людей, не руководствуясь эгоцентрическими установками.

Таким образом, в большей степени преобладающие у ИТ-специалистов копинг-стратегии соотносятся с эмоциональным и когнитивным компонентом совладающего поведения. Актуализируется потребность в эмоциональной поддержке с целью отреагирования, реализации эмоциональной составляющей (эмоциональный компонент). Не нейтрализованные при этом аффекты выражаются в стремлении к дистанцированию, снижению степени значимости проблемной ситуации

путем интеллектуальных усилий (когнитивный компонент). Несмотря на выраженность в репертуаре копинг-стратегий пассивной модели поведения «осторожные действия», респонденты имеют высокий индекс конструктивности совладающего поведения ( $M=1,35\pm 0,31$ ), что свидетельствует об эффективности преодоления стрессовых ситуаций и адаптивном сценарии проблеморазрешения.

На следующем этапе исследования были сгруппированы полученные данные и проведена кластеризация по ведущим индивидуально-психологическим характеристикам. Данные содержали числовые характеристики, которые были нормализованы с использованием метода стандартизации. Это позволило устранить влияние различий в масштабах переменных и обеспечило более корректное сравнение объектов. Для упрощения визуализации и анализа данных мы применили метод главных компонент (РСА), что позволило уменьшить размерность данных, сохранив при этом максимальную дисперсию. В результате применения РСА мы получили три главные компоненты, которые использовались для дальнейшего анализа. После определения числа кластеров к подготовленным данным был применен алгоритм  $k$ -средних. Для визуализации результатов кластеризации мы использовали 3D-график (рисунок 4), на котором отображены главные компоненты, а объекты окрашены в зависимости от принадлежности кластерам. Это позволяет наглядно оценить структуру кластеров и их распределение в пространстве.

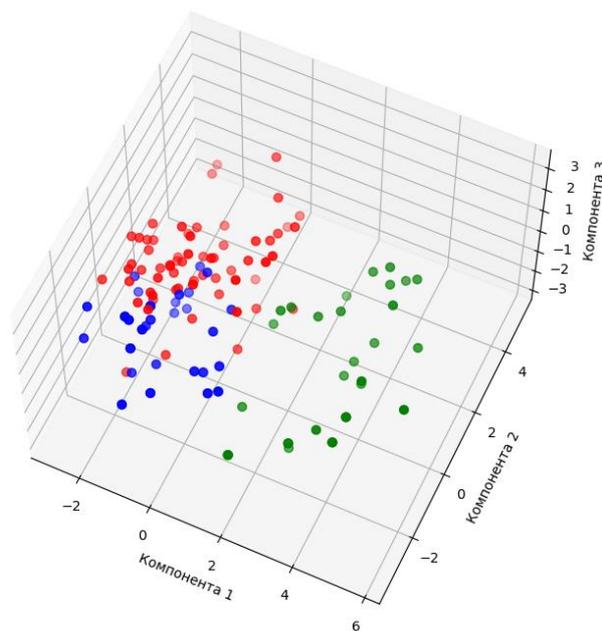


Рисунок 4. Кластерная структура индивидуально-психологических характеристик респондентов ( $N=154$ )

По результатам кластерного анализа выделены три типа индивидуальности ИТ-специалистов на основании доминирующих характеристик: «интровертированно-уверенный тип» (59 чел. – 47 мужчин и 12 женщин, средний возраст –  $32,47 \pm 6,61$  года), где ведущей является тенденция интроверсии ( $k=3,97$ ), среди стратегий совладания наиболее значимыми выступают «агрессивные действия» ( $k=19,95$ ) и «ассертивные действия» ( $k=19,75$ ); «экстравертированно-активный тип» (44 чел. – 32 мужчины и 12 женщин, средний возраст –  $30,6 \text{ лет} \pm 5,31$ ) представлен доминированием в личностном профиле черты «экстраверсия» ( $k=4,64$ ), получены низкие значения по пассивным моделям совладания: «избегание» ( $k=15,81$ ), «непрямые действия» ( $k=15,86$ ), что позволяет предположить склонность к реализации активной линии преодолевающего поведения; для «экстравертированно-просоциального типа» (51 чел. – 33 мужчины и 18 женщин, средний возраст –  $32,94 \pm 4,69$  года) ведущей чертой является

экстраверсия ( $k=5,06$ ), копинг-модели «вступление в социальный контакт» ( $k=26,00$ ) и «ассоциальные действия» ( $k=20,35$ ). Далее рассмотрим более подробно каждый из выделенных типов индивидуальности.

У ИТ-специалистов с интровертированно-уверенным типом индивидуальности (таблица 1) отмечаются низкие показатели по шкалам «спонтанность», «экстраверсия». Полученные данные указывают на отсутствие склонности к импульсивным реакциям, стремления к расширению круга контактов и социальной активности. Данные особенности подтверждаются при анализе ведущих шкал в индивидуально-типологическом профиле – «агрессивность», «ригидность», «интроверсия». Выявленные особенности соотносятся с результатами опросника Г. Айзенка, где ведущей тенденцией выступает «склонность к интроверсии». Специалисты интровертированно-уверенного типа индивидуальности склонны к активной самореализации, самоутверждению, стабильности установок и взглядов, настойчивости в достижении целей. При этом они могут проявлять конфликтность поведения при столкновении с противодействием, отличаются социальной пассивностью – менее выраженной реактивностью внешних проявлений.

Таблица 1

Выраженность индивидуально-типологических свойств  
в полученных кластерах ( $N=154$ )

Индивидуально-психологические характеристики	Интровертированно-уверенный тип	Экстравертированно-активный тип	Экстравертированно-просоциальный тип
Экстраверсия	3,56	4,64	5,06
Спонтанность	2,34	2,75	2,77
Агрессивность	4,86	5,14	4,35
Ригидность	4,24	4,21	3,77
Интроверсия	3,97	2,57	2,35
Сензитивность	3,57	4,07	3,94
Тревожность	5,19	5,50	5,35
Лабильность	4,24	4,41	3,94
Интроверсия-экстраверсия	11,57	15,50	16,35

В структуре личности у ИТ-специалистов с экстравертированно-активным типом индивидуальности преобладают «тревожность», «стеничность» – данные тенденции уравнивают, компенсируют друг друга. Повышенная тревожность снижает вероятность открытого проявления агрессивного поведения, высокие баллы по шкале стеничности обуславливают устойчивость самооценки и ослабляют проявления тревоги. Умеренно выражена экстраверсия при низких показателях интроверсии, что указывает на активную включенность в социальную среду, общительность. Это подтверждается значениями по шкале ЕРІ, указывающими на более выраженную экстраверсию.

Личностный профиль данных специалистов, вошедших в «экстравертированно-просоциальный» имеет схожую структуру с респондентами из «экстравертированно-активного» кластера, но разброс показателей «экстраверсия» и «интроверсия» еще более выраженный. Данные представители выборки еще более ориентированы на установление социального контакта, поиски возможностей для социального взаимодействия, как при решении рабочих, так и жизненных задач. Показатели по шкале ЕРІ также соответствуют экстравертированной направленности личности. В структуре индивидуальных особенностей выражена тревожность, указывающая на ответственное отношение к окружающим, стремление к социальной созвучности среде, в профессиональной деятельности может проявляться неуверенностью в принятии решений, необходимостью обращения за советом к коллегам, непосредственному руководству.

Далее, рассмотрим степень выраженности различных форм совладающего поведения в каждом кластере (таблица 2).

Выраженность моделей совладающего поведения  
в полученных кластерах (N=154)

Модель копинг-поведения	Интровертированно-уверенный тип	Экстравертированно-активный тип	Экстравертированно-просоциальный тип
Ассертивные действия	19,75	19,29	19,65
Вступление в контакт	22,47	22,79	26,00
Поиск социальной поддержки	21,71	22,77	23,76
Осторожные действия	21,76	22,18	22,65
Импульсивные действия	17,72	18,02	17,88
Избегание	17,83	15,82	18,71
Непрямые действия	19,00	15,86	23,65
Асоциальные действия	15,14	11,15	20,35
Агрессивные действия	19,5	14,38	16,23
Индекс конструктивности	1,23	1,61	1,26

В «интровертированно-уверенном» кластере как форма совладающего поведения используется дезадаптивный копинг «агрессивные действия», который выражается в тенденции испытывать негативные чувства при неудачах и конфликтах с другими людьми: внутренняя неудовлетворенность, раздражение, гнев. Использование модели «агрессивные действия» тесно связано с индивидуальными особенностями ИТ-специалистов в указанной группе, где стеничность приводит к агрессивной, конфликтной манере самоутверждения, ригидность обеспечивает неуступчивость, настойчивость, трудности смены установок и взглядов, что лишь усугубляет кризисную ситуацию. Интроверсия же может быть сопряжена с интрапунитивным стилем атрибуции, за счет чего формируется чувство вины, недовольства собой. Также применяется стратегия «ассертивные действия», при которой человек открыто заявляет о своих целях, активно и последовательно отстаивает свои интересы, учитывая при этом потребности окружающих. Черты ригидности, интроверсии

способствуют разработке плана и программы действий, четкому следованию ему, в том числе и при возникновении трудной жизненной или профессиональной ситуации. При решении кризисных задач формируется уверенный стиль решения проблем.

Специалисты с экстравертированно-активным типом личности практически не применяются пассивные и асоциальные стратегии совладания. Слабо выражены деструктивные стратегии: «избегание», «асоциальные действия», «непрямые действия». Респонденты в данной подвыборке не склонны к избеганию решительных действий, не откладывают принятие решений, не склонны манипулировать, побуждать других людей к принятию решений, так как готовы взять ответственность за решение проблемной, кризисной ситуации на себя, считаясь при этом с интересами и потребностями других людей. Достаточно интенсивное проявление находит стратегия «импульсивность», что свидетельствует о том, что в кризисной ситуации данные респонденты склонны к необдуманным действиям, нежели к принятию обоснованных, целесообразных решений. Несмотря на невысокую выраженность показателя «спонтанность» в личностном профиле, выраженность копинга «импульсивные действия» может быть связана «лабильностью» и отражать эмоционально-мотивационную неустойчивость личности с желанием получить мгновенный результат, без длительных ожиданий. Преобладает активная стратегия преодоления сложных ситуаций.

Специалисты ИТ-сферы с экстравертированно-просоциальным типом личности предпочитают при решении проблемных ситуаций прибегать к просоциальной стратегии совладания. Чаще ими используется конструктивный копинг: «вступление в социальный контакт», «поиск социальной поддержки». Однако, наряду с конструктивными моделями совладения, отмечается тенденция к использованию дезадаптивного копинга «асоциальные действия». Вероятно, респонденты предпочитают вступать в контакты с коллегами, близкими, чтобы совместными усилиями, более эффективно решить проблемную ситуацию,

стремятся поделиться своими переживаниями с другими, найти у них помощь и поддержку, при этом могут проявлять эгоцентризм, излишнюю навязчивость, общительность, слабо учитывая мнения окружающих, несмотря на стремление быть синтонным со средой.

### 2.3. Сравнительный анализ индивидуально-типологических особенностей ИТ-специалистов

На основе сравнительного анализа шкал методик ИТО ЕРІ и SACS с помощью статистического критерия *H*-Краскела-Уоллиса можно говорить о статистически достоверных различиях в структуре личностных черт респондентов, что доказывает правомерность выполненного кластерного анализа.

При анализе показателей методики ИТО выявляются статистически значимые различия по шкале «стеничность» ( $H=7,735$ , при  $p=0,021$ ), а также противоположащих тенденций «экстраверсия» ( $H=9,61$ , при  $p=0,008$ ) и «интроверсия» ( $H=19,504$ , при  $p=0$ ), что также подтверждается при сравнении результатов по шкале Айзенка ( $H=43,063$ , при  $p=0,001$ ). Также обнаружены различия по выраженности черты «лабильность», но они не достигают уровня статистической значимости (таблица 3).

Таблица 3

Сравнительный анализ индивидуально-психологических характеристик в полученных кластерах ( $N=154$ )

Показатель	Экстраверсия	Спонтанность	Стеничность	Ригидность	Интроверсия	Сензитивность	Тревожность	Лабильность	ЕРІ
<i>H</i> -критерий	<b>9,61</b>	3,556	<b>7,735</b>	2,71	<b>19,504</b>	1,93	0,95	5,818	<b>43,063</b>
<i>p</i> -уровень	<b>0,008</b>	0,169	<b>0,021</b>	0,258	<b>0</b>	0,381	0,622	0,055	<b>0</b>

Анализируя данные, приведенные в таблице 3, мы можем говорить, что у представителей «интровертированно-уверенного» кластера преобладает тенденция интроверсии, в то время как черты экстраверсии более выражены у ИТ-специалистов с экстравертированно-активным и экстравертированно-просоциальным типом индивидуальности. Проявления стеничности, уверенности, упорной манеры самоутверждения и самовыражения также более развиты у респондентов «интровертированно-уверенного» кластера. На уровне тенденции, различаются показатели эмоциональной лабильности во всех кластерах, большая выраженность эмотивности характерна для лиц с экстравертированно-активным типом индивидуальности.

Для уточнения данных мы провели попарное сравнение индивидуально-психологических характеристик в выделенных кластерах с помощью непараметрического критерия *U*-Манна-Уитни (Приложение 1.) В «интровертированно-уверенном» и «экстравертированно-активном» кластерах обнаруживаются статистически значимые различия по параметрам «интроверсия ( $U=755$ , при  $p=0$ ) – экстраверсия ( $U=1003,5$ , при  $p=0,046$ )», по параметру «экстраверсия» методики ЕРІ ( $U=586,5$ , при  $p=0$ ), что свидетельствует о большей склонности представителей второго кластера к общительности, открытому, дружелюбному поведению, живому эмоциональному отклику на внешние обстоятельства.

Анализируя статистически значимые различия у представителей «интровертированно-уверенного» и «экстравертированно-просоциального» кластеров, мы обнаруживаем сходные данные. Также обнаруживаются статистически достоверные различия в чертах экстраверсия и интроверсия, как по шкалам опросника ИТО ( $U=1026$ , при  $p=0,003$  для экстраверсии и  $U=883$ , при  $p=0$  для черты «интроверсия»), так и опроснику ЕРІ ( $U=586,5$ , при  $p=0$ ). Это позволяет предположить, что ИТ-специалисты, составляющие первый кластер в большей степени склонны к замкнутости, ограниченности круга социальных контактов, погружены в мир внутренних переживаний.

Между респондентами с экстравертированно-активным и экстравертированно-просоциальным типом личностной организации выявлены различия в выраженности черты стеничности ( $U=743$ , при  $p=0,003$ ), где представители экстравертированно-активного типа индивидуальности чаще прибегают к активной манере самореализации, проявляют упорство, активность в отстаивании своих интересов.

Сравнительный анализ используемых копинг-стратегий (таблица 4) во всех трех кластерах показал статистически значимые различия по общему индексу конструктивности стратегий преодоления ( $H=48,43$ , при  $p=0$ ). Выявляются различия в использовании просоциальных совладающих стратегий (вступление в социальный контакт ( $H=29,871$ , при  $p=0$ ), поиск социальной поддержки ( $H=7,407$ , при  $p=0,025$ )), пассивных стратегий «избегание» ( $H=13,616$ , при  $p=0,001$ ) и «непрямые действия» ( $H=82,191$ , при  $p=0$ ), а также выделенные кластеры различаются по склонности использовать асоциальные формы преодолевающего поведения, где статистически значимые различия выявляются по копингам «асоциальные действия» ( $H=91,40$ , при  $p=0$ ) и «агрессивные действия» ( $H=43,641$ , при  $p=0$ ). Данные результаты указывают, что респонденты выделенных нами кластеров прибегают к различным линиям совладающего поведения. У представителей экстравертированно-активного кластера преобладают активные стратегии преодоления, у специалистов экстравертированно-просоциального кластера более значимой является просоциальный сценарий проблеморешающего поведения. В интровертированно-уверенном кластере зачастую используются асоциальные формы решения проблемных ситуаций в силу невысокой ориентированности на социум, стеничной модели поведения и реагирования в стрессовых ситуациях.

Сравнительный анализ копинг-стратегий в полученных кластерах ( $N=154$ )

Показатель	Ассертивные действия	Вступление в социальный контакт	Поиск социальной поддержки	Осторожные действия	Импульсивные действия	Избегание	Непрямые действия	Агрессивные действия	Асоциальные действия	ИК
<i>H</i> -критерий	1,417	<b>29,871</b>	<b>7,407</b>	2,142	0,571	<b>13,616</b>	<b>82,193</b>	<b>43,641</b>	<b>91,406</b>	<b>48,43</b>
<i>p</i> -уровень	0,492	<b>0</b>	<b>0,025</b>	0,343	0,752	<b>0,001</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

Обращаясь к попарному сравнительному анализу, мы обнаружили значимые различия между первым и вторым кластером по использованию следующих копингов: «непрямые действия» ( $U=652,5$ , при  $p=0$ ), «асоциальные действия» ( $U=470$ , при  $p=0$ ), «агрессивные действия» ( $U=406,5$ , при  $p=0$ ), а также общему индексу конструктивности совладающего поведения ( $U=396,5$ , при  $p=0,001$ ). Специалисты в сфере ИТ с интровертированно-уверенными чертами чаще используют манипулятивные стратегии решения проблемой ситуации, чаще проявляют агрессивность, циничность при отстаивании собственных интересов, формируя стенично-уверенную модель поведения в кризисных, трудных обстоятельствах, что сочетается с ведущими типологическими чертами данных кластеров. При этом, большей конструктивностью используемых копинг-стратегий отличаются ИТ-специалисты с экстравертированно-активным типом индивидуальных черт, возможно, в силу их большей ориентированности на поиск поддержки у ближайшего окружения, возможности совместными усилиями выработать более адаптивную стратегию решения проблемной ситуации (Приложение 1.)

У ИТ-специалистов с экстравертированно-просоциальным типом индивидуальных особенностей, в сравнении со специалистами с интровертированно-уверенными типом индивидуальности, наиболее выражена просоциальная линия проблеморазрешающего поведения, где выявляются статистически значимые различия по частоте использования таких копингов, как «вступление в социальный контакт» ( $U=657$ , при  $p=0$ ),

«поиск социальной поддержки» ( $U=1047$  при  $p=0,006$ ), «непрямые» ( $U=390$ , при  $p=0$ ), «асоциальные» ( $U=388,5$ , при  $p=0$ ) и «агрессивные действия» ( $U=690$ , при  $p=0,001$ ). Можно предположить, что такие респонденты склонны обращаться за помощью к более опытным сотрудникам, предпочитают искать поддержку у близкого окружения, не стремятся оказывать давление на других людей, чаще ищут альтернативные способы разрешения проблем.

Анализ особенностей совладающего поведения у специалистов ИТ-сферы с экстравертированно-активным и экстравертированно-просоциальными типами индивидуальности, выявляет достоверные различия по реализации не прямой, пассивной линии копинг-поведения, что подтверждают значения по шкалам «избегание» ( $U=694,5$ , при  $p=0$ ) и «непрямые действия» ( $U=63$ , при  $p=0$ ). К «уходу» от проблемных ситуаций, бездействию, использованию манипуляций, решению трудностей путем не прямых действий в большей степени склонны специалисты экстравертированно-просоциального типа. Они же предпочитают использовать стратегию «вступление в социальный контакт» ( $U=558$ , при  $p=0$ ). Большей конструктивностью копинг-поведение отличается у ИТ-специалистов с экстравертированно-активным типом индивидуальности, которые в своем проблеморешающем поведении стремятся к активным действиям, направленным на совладание с трудностями, преодолению кризисных ситуаций.

Таким образом, мы обнаружили статистически достоверные различия между кластерами по степени выраженности индивидуально-психологических особенностей и также по частоте использования различных моделей совладающего поведения. Для ИТ-специалистов из «интровертированно-уверенного» кластера в большей степени характерны тенденции интроверсии, стеничности, среди стратегий совладания предпочтение отдается агрессивным формам проблеморешающего поведения («агрессивные действия»), а также непрямым, манипулятивным стратегиям («непрямые действия»). «Экстравертированно-активный» кластер отличается

наибольшей степенью конструктивности копинг-поведения, что обусловлено, скорее всего, как склонностью обращаться за советом, поддержкой к социальному окружению («поиск социальной поддержки»), так и реализации активных действий, направленных на решение проблемной ситуации. Ведущей личностной чертой является экстраверсия. Представители «экстравертированно-просоциального» кластера также отличаются высокими показателями экстраверсии, предпочитают просоциальную линию совладающего поведения («вступление в социальный контакт», «поиск социальной поддержки»), а также «непрямые действия» и стратегии избегания.

Далее были исследованы интракорреляции в каждом кластере с целью более качественного изучения индивидуально-психологических коррелятов успешной самореализации с помощью критерия Спирмена.

При изучении данных корреляционного анализа были выявлены общие тенденции, проявляющиеся во всех кластерах. Обнаружено, что системообразующую корреляционную плеяду для всей выборочной совокупности образует взаимосвязь черты «экстраверсия» с параметрами «стеничность», «ригидность», «сензитивность», «тревожность», «лабильность» и шкалой ЕРІ «интроверсия-экстраверсия». Кроме того, актуальными для всех трех типов индивидуальности являются прямая взаимосвязь индекса конструктивности совладающего поведения с адаптивными копинг-стратегиями («вступление в социальный контакт», «поиск социальной поддержки») и обратная взаимосвязь с дезадаптивным копингом («избегание», «непрямые действия», «асоциальные действия», «агрессивные действия»). Несмотря на наличие схожих групп корреляций, наблюдаются специфические взаимосвязи, характерные для того или иного типа индивидуальности специалистов цифровой сферы. Рассмотрим их ниже.

Среди ИТ-специалистов с интровертированно-уверенными особенностями индивидуальности обнаружены статистически зафиксированные связи, которые представлены в таблице 5 и на рисунке 5.

Таблица 5

Интракорреляции в кластере индивидуальных особенностей у специалистов ИТ-сферы с интровертированно-уверенным типом индивидуальности ( $N=59$ )

	СТЕН	РИГ	ИНТ	СЕНЗ	ТРЕВ	ЛАБ	ЕРІ	ПСП	ОД	ИД	ИЗБ	НД	АСОЦ	АГД	ИК
ЭКС	,486***	,507***		,620***	,554***	,445***	,607***								
СПОН.	-,254*	-,312**	-,318**	-,387**	-,316**	-,247*									
СТЕН.	1	,478***		,448***	,509***	,412**	,223*								
РИГ		1	,369**	,663***	,539***	,682**									
ИНТ			1	,283*	,254*	,521**	-,477**								
СЕНЗ				1	,571**	,702**	,355*								
ТРЕВ					1	,545**									
ЕРІ							1			,243**	,227*	,248*			
АСД								-,213**							
ВСК								,523**	,320**	,212**					,363**
ПСП								1	,329**						,363**
ОД									1	-,271**	,260**			-,325**	,240**
ИД										1				,296**	
ИЗБ											1				-,497**
НД												1	,725**		-,308**
АСОЦ Д													1		-,485**
АГД														1	-,557**

*Примечания:* ЭКС – экстраверсия, СПОН – спонтанность, СТЕН – стеничность, РИГ – ригидность, ИНТ – интроверсия, СЕНЗ – сензитивность, ТРЕВ – тревожность, ЛАБ – лабильность, ЕРІ – шкала Айзенка «экстраверсия – интроверсия», АСД – ассертивные действия, ВСК – вступление в социальный контакт, ПСП – поиск социальной поддержки, ОД – осторожные действия, ИД – избегающие действия, ИЗБ – избегание, НД – непрямые действия, АСОЦД – асоциальные действия, АГД – агрессивные действия, ИК – индекс конструктивности.

В таблице представлены только статистически значимые корреляции: \*  $p \geq 0,05$ , \*\*  $p \geq 0,01$ , \*\*\*  $p \geq 0,001$ .

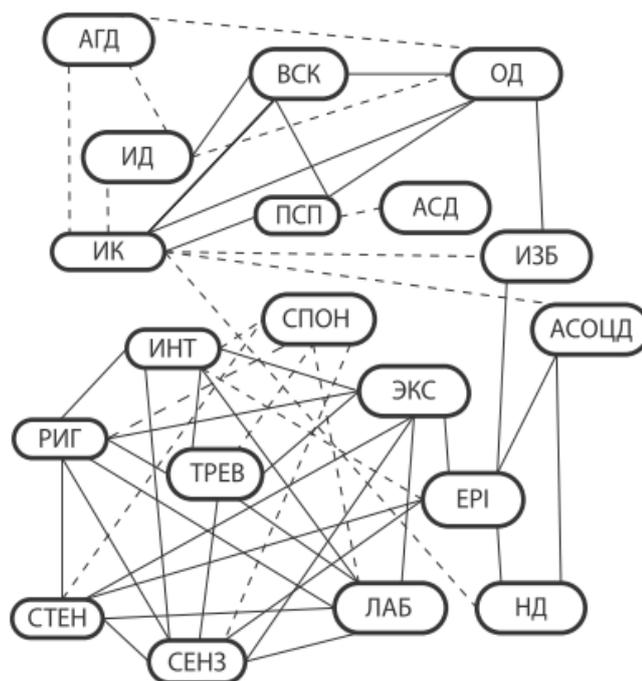


Рисунок 5. Интракорреляции в кластере индивидуальных особенностей у специалистов ИТ-сферы с интровертированно-уверенным типом индивидуальности ( $N=59$ )

ЭКС – экстраверсия, СПОН – спонтанность, СТЕН – стеничность, РИГ – ригидность, ИНТ – интроверсия, СЕНЗ – сензитивность, ТРЕВ – тревожность, ЕРІ – шкала Айзенка «экстраверсия – интроверсия», АСД – ассертивные действия, ВСК – вступление в социальный контакт, ПСП – поиск социальной поддержки, ОД – осторожные действия, ИД – избегающие действия, ИЗБ – избегание, НД – непрямые действия, АСОЦД – асоциальные действия, АГД – агрессивные действия, ИК – индекс конструктивности.

Наиболее значимые положительные корреляции образует черта «лабильность» с параметрами «ригидность», «сензитивность», «тревожность» (данные черты также коррелируют между собой), что можно трактовать как склонность ИТ-специалистов данного кластера к формированию смешанного типа реагирования, где стабильность установок, взглядов, сочетается с проявлениями чувствительности к средовым воздействиям, стремлению перепроверять свои действия для достижения максимально эффективных результатов, получения положительных оценок своей деятельности. Показатели спонтанности или возбудимости высоко обратно коррелируют практически со всеми базовыми личностными тенденциями – лабильность, ригидность, сензитивность, тревожность. Наличие тенденции к возбудимости слабо компенсируется противоположащей сензитивностью, тревожность также

выступает незначительным «тормозящим» механизмом для реализации импульсивных, непродуманных действий.

Показатель конструктивности используемых копинг-стратегий отрицательно коррелирует с частотой применения асоциальных приспособительных форм поведения («агрессивные» и «асоциальные действия»), а также с пассивной линией поведения, проявляющейся избеганием ответственности, слабым использованием действий, направленных на конструктивное решение кризисных ситуаций, что указывает на их дезадаптивную направленность. На высоком уровне статистической значимости эффективность проблеморешающего поведения связана с применением стратегий «поиск социальной поддержки» и «вступление в социальный контакт». То есть, несмотря на общую интровертированную направленность личности, в кризисных и проблемных ситуациях ИТ-специалисты с интровертированно-уверенным типом индивидуальности склонны использовать конструктивные модели поведения, связанные с необходимостью социального взаимодействия, обращения за помощью к внешней среде и социальному окружению, так как они обеспечивают достижение максимального положительного эффекта деятельности. Отрицательные корреляционные связи образует пара стратегий «осторожные действия» – «импульсивные действия», что можно трактовать как склонность ИТ-специалистов данного кластера к реализации осторожной, продуманной стратегии поведения, с высоким уровнем целеполагания, предвосхищения возможного результата и его планомерным достижением. «Непрямые действия» образуют достоверную связь со склонностью к асоциальным действиям, где и проявляется стеничная манера самоутверждения, отсутствие ориентации на мнения, ценности других людей, готовность идти вразрез с социально-значимыми паттернами, в том числе путем манипулятивных действий.

Анализируя взаимосвязи между индивидуально-психологическими особенностями и выбором стратегии решения проблемных ситуаций, мы не обнаруживаем большого количества значимых корреляций, исходя

из этого, можно предположить, что для ИТ-специалистов с интровертированно-уверенным типом индивидуальности при формировании стратегии совладающего поведения доминирующими факторами выступают не индивидуально-психологические характеристики, а скорее совокупность сформированных интеллектуальных и поведенческих стереотипов, жизненный опыт и условия среды.

Корреляционный анализ индивидуально-типологических особенностей по экстравертированно-активному типу с частотой реализации различных копинг-механизмов обнаруживает большое количество связей на высоком уровне статистической значимости (таблица 6, рисунок 6).

Таблица 6

Интракорреляции в кластере ИТ-специалистов с экстравертированно-активным типом индивидуальности ( $N=44$ )

	СТЕН	РИГ	ИНТ	СЕНЗ	ТРЕВ	ЛАБ	ЕРІ	ПСП	ОД	ИД	ИЗБ	НД	АСОЦ	АГД	ИК
ЭКС	,349**	,391**		,565***	,530***	,307**	,498**								
СПОН			-,304**	-,274**											
СТЕН	1	,383**		,397**	,486***	,429**									
РИГ		1	,330**	,529***	,395**	,635***									
ИНТ			1	,273*		,541***	-,424**								
СЕНЗ				1	,470**	,543***									
ТРЕВ					1	,414**	,298*	,206*	,203*						
ВСК								,478**	,263*				,332**		,207*
ПСП								1	,295*						,250*
ОД									1	-,317**	,264*				-,279*
ИД										1					,272*
ИЗБ											1	,238*	,312**		-,550**
НД												1	,758***	,216*	-,449**
АСОЦ Д													1	,261*	-,609***
АГД														1	-,646**

*Примечания:* ЭКС – экстраверсия, СПОН – спонтанность, СТЕН – стеничность, РИГ – ригидность, ИНТ – интроверсия, СЕНЗ – сензитивность, ТРЕВ – тревожность, ЛАБ – лабильность, ЕРІ – шкала Айзенка «экстраверсия – интроверсия», АСД – ассертивные действия, ВСК – вступление в социальный контакт, ПСП – поиск социальной поддержки, ОД – осторожные действия, ИД – избегающие действия, ИЗБ – избегание, НД – непрямые действия, АСОЦД – асоциальные действия, АГД – агрессивные действия, ИК – индекс конструктивности.

В таблице представлены только статистически значимые корреляции: \*  $p \geq 0,05$ , \*\*  $p \geq 0,01$ , \*\*\*  $p \geq 0,001$ .

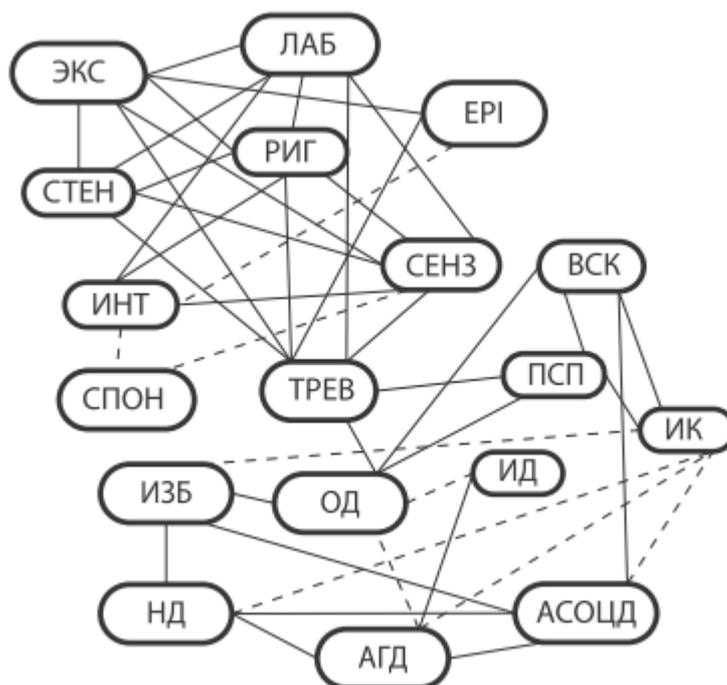


Рисунок 6 Интракорреляции в кластере ИТ-специалистов с экстравертированно-активным типом индивидуальности ( $N=44$ )

ЭКС – экстраверсия, СПОН – спонтанность, СТЕН – стеничность, РИГ – ригидность, ИНТ – интроверсия, СЕНЗ – сензитивность, ТРЕВ – тревожность, ЛАБ – лабильность, ЕРІ – шкала Айзенка «экстраверсия – интроверсия», АСД – ассертивные действия, ВСК – вступление в социальный контакт, ПСП – поиск социальной поддержки, ОД – осторожные действия, ИД – избегающие действия, ИЗБ – избегание, НД – непрямые действия, АСОЦД – асоциальные действия, АГД – агрессивные действия, ИК – индекс конструктивности.

Анализируя полученные результаты, можно отметить наличие довольно устойчивой корреляционной плеяды, которая образована достаточно сильными положительными связями шкал «экстраверсия», «тревожность», «лабильность», «ригидность» и «сензитивность». Умеренная степень выраженности данных черт, не достигающих уровня акцентуации и дезадаптации, что отражено в первичных данных, позволяет характеризовать представителей «экстравертированно-активного» кластера как коммуникабельных, стремящихся к достижению социально-значимых результатов, ориентированных на социально-одобряемые жизненные ценности (созвучность среде), им свойственна, инициативность в поведении. Отрицательно между собой связаны показатели «спонтанности»,

«интроверсии» и «сензитивности», что можно трактовать как склонность к «свободному» самовыражению, в том числе и в коммуникациях, без ограничений по типу внешней оценки.

При исследовании взаимосвязей в области проблеморазрешающего поведения прослеживаются сходные плеяды с выявленными в первом кластере. Сильные отрицательные взаимосвязи образуют вектор – «индекс конструктивности» и неадаптивные способы решения трудных ситуаций: как асоциальной, так и пассивной линии поведенческих стереотипов – «агрессивные действия», «асоциальные действия», «непрямые действия», «избегание». Низкие первичные, средние значения, свидетельствуют о слабой проявленности данных стратегий в структуре защитно-приспособительного поведения у ИТ-специалистов с экстравертированно-активным типом индивидуальности. Пассивность, перекладывание ответственности на социум или средовой фактор, манипуляции, открытое проявление агрессии, раздражительности неприемлемо для большинства респондентов данной подгруппы и ассоциируется с неэффективностью, невозможностью достижения намеченных целей, в том числе и в профессиональной деятельности.

Структура корреляционных связей в кластере ИТ-специалистов с экстравертированно-просоциальной направленностью представлена в таблице 7 и на рисунке 7.

Наиболее сильные и устойчивые взаимосвязи образуют плеяду с сочетанием черт экстраверсии, стеничности, тревожности и лабильности. Вторую плеяду, противоречиво, формируют положительные взаимосвязи между интроверсией, ригидностью, тревожностью, сензитивностью и лабильностью. Подобное противоречие можно рассматривать скорее в контексте высокой степени выраженности черт тревожности и лабильности у представителей ИТ-специалистов с экстравертированно-просоциальным типом индивидуальности со стремлением к синтонности с социальной средой на фоне неустойчивости мотивационной направленности, и, как следствие,

«вживаемости» в различные роли, вариабельностью поведения и их независимостью от направленности личности в мир внутренних переживаний или во внешнюю среду. При этом респонденты с интровертированной направленностью личности в данном кластере в большей степени склонны к педантичности, самоконтролю и самоорганизации. В то время как экстравертированные личности более самоуверенны, склонны брать ответственность на себя и проявлять инициативу.

Таблица 7

Интракорреляции в кластере ИТ-специалистов с экстравертированно-просоциальным типом индивидуальности (N=51)

	СТЕН	РИГ	ИНТ	СЕНЗ	ТРЕВ	ЛАБ	ЕРІ	АСД	ПСП	ОД	ИД	ИЗБ	НД	АСОЦ	АГД	ИК
ЭКС	,402**	,280*	,315**	,391**	,608***	,423**	,279*									,217*
СПОН	-,318**	-,247*	-,367**	-,329**	-,290*	-,239*					,308*					
СТЕН 1		,368**		,372**	,493***	,360**										
РИГ		1	,411**	,558***	,491***	,615***		,248*		,232*		,226*				
ИНТ			1	,344**	,313**	,634***	-,380**									
СЕНЗ				1	,564***	,669***	,386**			,203*		,328**				
ТРЕВ					1	,473**	,210*		,342**	,291*		,203*				
ЛАБ						1		,209*								
ЕРІ							1					,266*				-,208*
АСД								1	-,243*			-,274*		,307**		
ВСК									,457***		,262*		,311**	-,361**		,347**
ПСП									1	,606***		,445**			-,242*	,316**
ОД										1	-,404**	,370**			-,354**	-,317**
ИД											1					
ИЗБ												1				-,344**
НД													1	,824***		-,364**
АСОЦ														1		-,453**
АГД															1	-,493**

*Примечания:* ЭКС – экстраверсия, СПОН – спонтанность, СТЕН – стеничность, РИГ – ригидность, ИНТ – интроверсия, СЕНЗ – сензитивность, ТРЕВ – тревожность, ЛАБ – лабильность, ЕРІ – шкала Айзенка «экстраверсия – интроверсия», АСД – ассертивные действия, ВСК – вступление в социальный контакт, ПСП – поиск социальной поддержки, ОД – осторожные действия, ИД – избегающие действия, ИЗБ – избегание, НД – непрямые действия, АСОЦД – асоциальные действия, АГД – агрессивные действия, ИК – индекс конструктивности.

В таблице представлены только статистически значимые корреляции: \*  $p \geq 0,05$ , \*\*  $p \geq 0,01$ , \*\*\*  $p \geq 0,001$

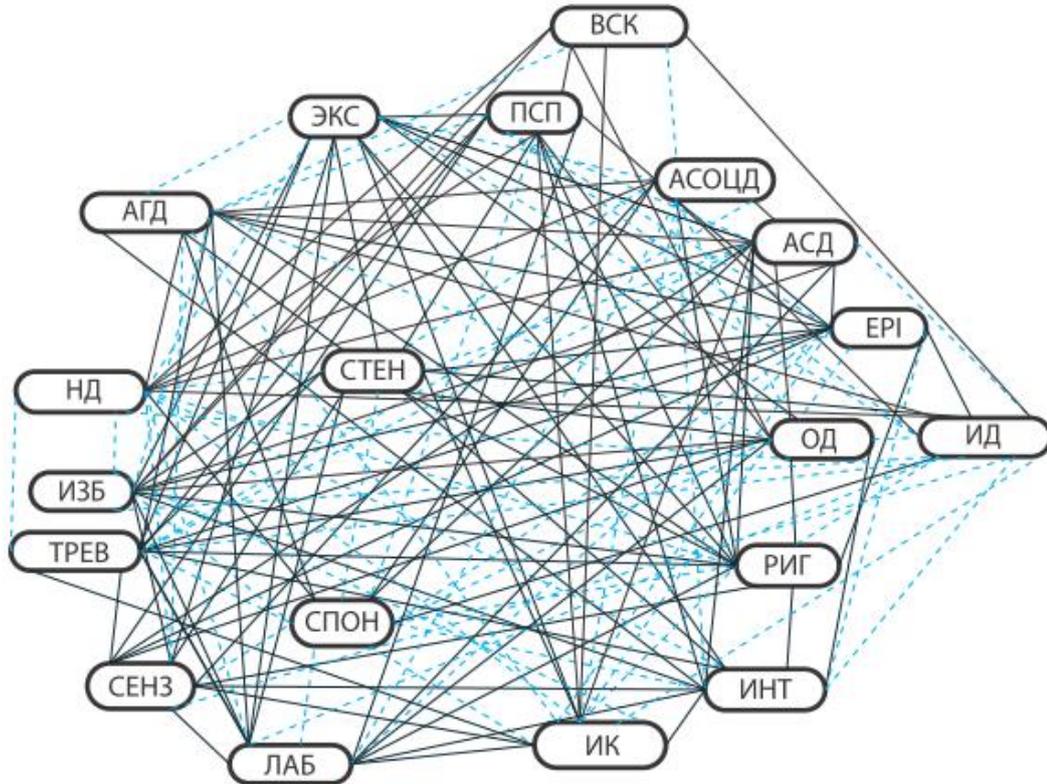


Рисунок 7. Интракорреляции в кластере ИТ-специалистов с экстравертированно-просоциальным типом индивидуальности ( $N=51$ )

ЭКС – экстраверсия, СПОН – спонтанность, СТЕН – стеничность, РИГ – ригидность, ИНТ – интроверсия, СЕНЗ – сензитивность, ТРЕВ – тревожность, ЛАБ – лабильность, ЕРІ – шкала Айзенка «экстраверсия – интроверсия», АСД – ассертивные действия, ВСК – вступление в социальный контакт, ПСП – поиск социальной поддержки, ОД – осторожные действия, ИД – избегающие действия, ИЗБ – избегание, НД – непрямые действия, АСОЦД – асоциальные действия, АГД – агрессивные действия, ИК – индекс конструктивности.

В данном кластере в наибольшей степени прослеживается зависимость выбора модели совладающего поведения с личностными характеристиками. Так, обнаружена положительная взаимосвязь между спонтанностью и склонностью к импульсивным, непродуманным действиям. «Ригидность» положительно связана со стратегиями «осторожные действия» и «избегание», что обусловлено стремлением ИТ-специалистов с экстравертированно-просоциальным типом индивидуальности к педантичности, схематизму решений, действию по привычным, отработанным шаблонам, а также склонностью выполнять роль исполнителя заданных схем и алгоритмов, а не руководителя. Черта «тревожность» приводит к выбору стратегий,

направленных по поиск социальной поддержки (нерешительность, потребность в помощи более авторитетного лица), а также избеганию принятия решений из опасений допустить ошибку с целью сохранения должного уровня активности и эффективности действий. Доминирование тенденции «экстраверсия» положительно коррелирует с общим индексом конструктивности поведения, обеспечивающим эффективное решение проблемных ситуаций.

Среди стратегий совладающего поведения между собой положительно взаимосвязаны просоциальные копинги – «поиск социальной поддержки» и «вступление в социальный контакт» – при высокой выраженности их первичных значений, что говорит о том, что респонденты описываемого кластера склонны как обращаться за советом в деятельности (когнитивный компонент), так и искать поддержки, одобрения в ближайшем и трудовом окружении (эмоциональный компонент). «Вступление в социальный контакт» образует отрицательную взаимосвязь с копингом «агрессивные действия», что говорит дружелюбии респондентов данного кластера и значительной важности для них получения положительного эмоционального отклика. «Осторожные действия» обуславливают низкую частоту реализации спонтанных, импульсивных действий, а также ограничивает реализацию асоциальных действий, направленных против интересов и ценностей другой личности. Осторожность, нерешительность также тесно взаимосвязана с «поиском социальной поддержки», что может объясняться наличием поведенческих стереотипов, ограничивающих возможность самостоятельного принятия решений, стремлением преодолеть эту особенность путем положительного использования социальных ресурсов. «Непрямые» и «асоциальные действия» образуют пару с выраженной положительной корреляцией, что позволяет предположить, что склонность к применению манипуляций ИТ-специалистами данного кластера может подкрепляется циничностью, жестокостью в социальном взаимодействии.

Образуются две противоположные корреляционные плеяды: «индекс конструктивности» совладающего поведения положительно связан с просоциальной линией поведения («поиск социальной поддержки», «вступление в социальный контакт»), неадаптивный же полюс образуют зафиксированные отрицательные связи между «индексом конструктивности» и «асоциальными», «агрессивными», «непрямыми действиями» и избегающим поведением. Следовательно, большая адаптивность совладающего поведения связана с обращением за помощью, поддержкой к окружению, и напротив, действия, без учета потребностей и интересов других людей, и даже противоречащие им, не приводит к эффективному решению проблемной ситуации.

Таким образом, в «экстравертированно-просоциальном» кластере прослеживается более интенсивная взаимосвязь между индивидуальными особенностями и выбором определенной стратегии поведения, направленного на решение проблемы. Использование просоциальных копингов обуславливает эффективность и проактивность поведения ИТ-специалистов с указанным типом индивидуальности, в то время как выбор асоциальной и пассивной модели поведения значительно снижает адаптационные возможности их личности.

Полученные результаты индивидуально-типологических особенностей, личностных характеристик и анализ предпочитаемых стратегий и механизмов совладающего поведения свидетельствуют в пользу правомерности и достоверности кластерного анализа.

### **Выводы по второй главе**

Результаты эмпирического исследования индивидуально-психологических характеристик специалистов информационных технологий позволяют сделать следующие выводы:

1. По результатам количественного анализа по методикам «Индивидуально-типологический опросник – ИТО» (Л. Н. Собчик), «Личностный опросник – ЕРІ» (Г. Айзенк), опросник «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций – SACS» (С. Хобфолл) ведущими в индивидуально-типологическом профиле ИТ-специалистов являются тенденции: «тревожность», «стеничность», «экстраверсия» и «лабильность»; наименее выраженными являются проявления спонтанности (возбудимости) и интроверсии. Установлено, что у ИТ-специалистов преобладает экстравертированная направленность личности: к типу «экстраверт». менее всего в исследуемой выборке представлен тип «глубокий интроверт». Анализ репертуара совладающих стратегий поведения показал, что у специалистов, работающих в сфере информационных технологий в ситуации кризиса преобладают следующие формы копинг-поведения: «вступление в социальный контакт», «поиск социальной поддержки», «осторожные действия».

2. По результатам проведенного кластерного анализа выделены три типа индивидуальности ИТ-специалистов на основании доминирующих характеристик: «интровертированно-уверенный тип», где ведущей является тенденция интроверсии, среди стратегий совладания наиболее значимыми выступают «агрессивные действия» и «ассертивные действия»; «экстравертированно-активный тип» представлен доминированием в личностном профиле черты «экстраверсия», получены низкие значения по пассивным моделям совладания: «избегание», «непрямые действия», что позволяет предположить склонность к реализации активной линии преодолевающего поведения; для «экстравертированно-просоциального типа» ведущей чертой является экстраверсия, копинг-модели «вступление в социальный контакт» и «ассоциальные действия».

3. Проведенный сравнительный анализ показал правомерность выполненной нами кластеризации. Выявляются статистически значимые различия противоположащих тенденций «экстраверсия» и «интроверсия» что

также подтверждается при сравнении результатов по шкале, черты «стеничность». Сравнительный анализ используемых копинг-стратегий во всех трех кластерах показал статистически значимые различия по общему индексу конструктивности стратегий преодоления, выявляются различия в использовании просоциальных совладающих стратегий: вступление в социальный контакт, поиск социальной поддержки, пассивных стратегий: «избегание» и «непрямые действия», также выделенные кластеры различаются по склонности использовать асоциальные формы преодолевающего поведения, где статистически значимые различия выявляются по копингам «асоциальные действия» и «агрессивные действия».

4. По результатам корреляционного анализа в каждом кластере установлены взаимосвязи между особенностями личности и выбором стратегии поведения в стрессовой ситуации. Для ИТ-специалистов с интровертированно-уверенным типом индивидуальности при формировании стратегии совладающего поведения доминирующими факторами выступают не индивидуально-психологические характеристики, а скорее совокупность сформированных интеллектуальных и поведенческих стереотипов, жизненный опыт и условия среды. В кластере экстравертированно-активных ИТ-специалистов сильные отрицательные взаимосвязи образуют вектор – «индекс конструктивности» и неадаптивные способы решения трудных ситуаций: как асоциальной, так и пассивной линии поведенческих стереотипов – «агрессивные действия», «асоциальные действия», «непрямые действия», «избегание». В «экстравертированно-просоциальном» кластере прослеживается более интенсивная взаимосвязь между индивидуальными особенностями и выбором определенной стратегии поведения, направленного на решение проблемы. Использование просоциальных копингов обуславливает эффективность и проактивность поведения ИТ-специалистов с указанным типом индивидуальности, в то время как выбор асоциальной и пассивной модели поведения значительно снижает адаптационные возможности их личности.

5. Полученные результаты индивидуально-типологических особенностей, личностных характеристик и анализ предпочитаемых стратегий и механизмов совладающего поведения свидетельствуют в пользу правомерности и достоверности кластерного анализа. Нами сформирована типология индивидуально-психологических особенностей специалистов цифровой сферы.

## ГЛАВА 3. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ САМОРЕАЛИЗАЦИИ ИТ-СПЕЦИАЛИСТОВ С РАЗНЫМИ ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИМИ ОСОБЕННОСТЯМИ

### 3.1. Специфика самореализации ИТ-специалистов с интровертированно-уверенным типом индивидуальности

В соответствии с разработанным планом эмпирического исследования на следующем этапе нами были выявлены особенности самореализации у ИТ-специалистов с разными индивидуально-психологическими характеристиками. Была системно и последовательно проанализирована структура, профиль составляющих самореализации у специалистов цифровой профессий с интровертированно-уверенным, экстравертированно-активным и экстравертированно-просоциальным типом индивидуальности.

Для более качественного изучения структуры и специфики самореализации у ИТ-специалистов с интровертированно-уверенным типом индивидуальности проведем анализ по методике «Многомерный опросник самореализации личности – МОСЛ» С. И. Кудинова. Рассмотрим средние значения, полученные по основным переменным самореализации (рисунок 8).

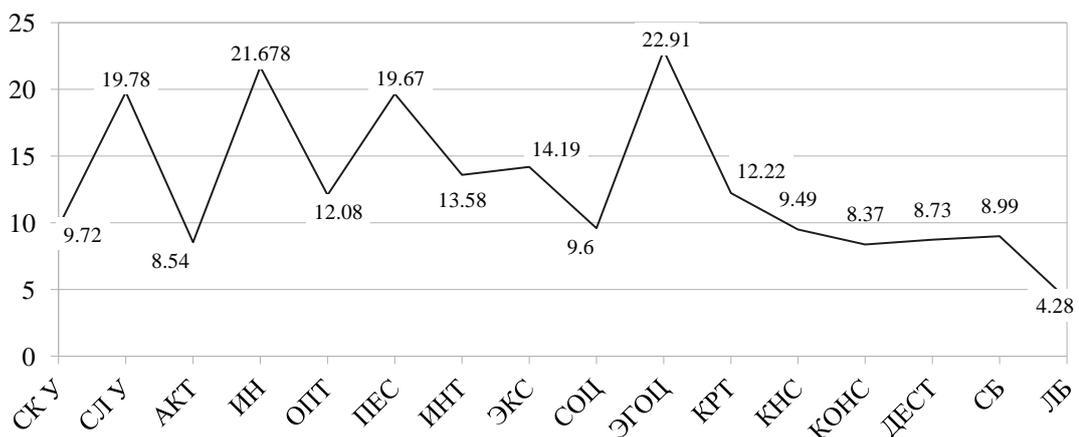


Рисунок 8. Выраженность составляющих самореализации у ИТ-специалистов с интровертированно-уверенным типом индивидуальности ( $N=59$ )

СКУ — социально-кооперативные установки, СЛУ — субъектно-личностные установки, АКТ — активность, ИН — инертность, ОПТ — оптимистичность, ПЕС — пессимистичность, ИНТ — интернальность, ЭКС — экстернальность, СОЦ — социоцентрическая мотивация, ЭГОЦ — эгоцентрическая мотивация, КРТ — креативность, КНС — консервативность, КОНС — конструктивность, ДЕСТ — деструктивность, СБ — социальные барьеры, ЛБ — личностные барьеры.

В структуре выраженности переменных самореализации преобладают следующие параметры – эгоцентрическая мотивация, инертность, субъектно-личностные установки. Результаты по этим шкалам расположены в диапазоне средних и средневысоких значений. Это позволяет предположить, что ИТ-специалистам с интровертированно-уверенным типом индивидуальности характерны эгоцентризм, стремление реализовать собственный потенциал, получить необходимый результат, не ориентируясь на интересы и ценности окружающих, сочетающиеся со способностью следовать регламентам и методологиям, низкой вариативностью поведения и поведенческой усидчивостью. Такая схематизация поведения обеспечивает хорошие исполнительские способности и позволяет добиваться высоких результатов в процессе профессиональной деятельности, что способствует успешности самоосуществления. Побудительной силой мотивации выступают узконаправленные интересы, отражающие в большей степени собственную выгоду, нежели нацеленность на успешность команды, компании в целом. Наибольшие усилия прилагаются для получения повышения, достижения карьерного и профессионального роста, финансового благополучия. Прослеживаются тревожные опасения в отношении новых начинаний с доминированием негативного эмоционального отношения с включением тревоги, апатичности, агрессивности. Примерно в равной степени выражены показатели интернального и экстернального способа реагирования и контроля.

В качестве препятствий для самовыражения, самореализации личности выступают в большей степени социальные барьеры, которые обусловлено односторонней направленностью, узостью мотивационной активности, субъективно неблагоприятными внешними факторами.

В меньшей степени выражены активность, конструктивность в процессе самореализации, что свидетельствует о трудностях переключения на новые способы деятельности, неготовности к освоению новых профессиональных навыков и умений, что является препятствием для эффективного самовыражения личности.

ИТ-специалисты из описываемого кластера в деятельности ориентированы в большей степени на субъективно-значимые мотивы и потребности, слабо считаются с другими людьми, при столкновении с трудностями могут избегать ответственности, проецируя ее на неблагоприятные внешние факторы, противодействие других людей. Можно констатировать, что высокий уровень притязаний, амбициозность сочетаются со стандартными схемами самовыражения, низким уровнем активности и инициативности, что затрудняет самореализацию и может приводить к негативным эмоциональным реакциям с проживанием своей несостоятельности.

Для более полного понимания особенностей самореализации ИТ-специалистов с интровертированно-уверенным типом индивидуальности обратимся к корреляционному анализу (таблица 8, рисунок 9).

Таблица 8

Интеркорреляции переменных самореализации у ИТ-специалистов с интровертированно-уверенным типом индивидуальности ( $N=59$ )

Переменные самореализации	СКУ	СЛУ	ИНТ	ЭКС	ОПТ	ПЕС	ЭГОЦ	СОЦ	КОНС	ДЕСТ	СБ
ИНТ	,655***				,288*						
ЭКС		,384**									
ЭГОЦ		333**			,263*			,344**			
КРТ			,287*								
КНС				,406**	-,362**						
КОНС		-,292*			,304**	-,334**					
ДЕСТ						-,295*		,312**	-,367**		
СБ	,291*						,283*		,283*	,318*	
ЛБ											-,367**

*Примечания:* СКУ — социально-кооперативные установки, СЛУ — субъектно-личностные установки, ИН — инертность, ОПТ — оптимистичность, ПЕС — пессимистичность, ИНТ — интернальность, ЭКС — экстернальность, СОЦ — социоцентрическая мотивация, ЭГОЦ — эгоцентрическая мотивация, КРТ — креативность, КНС — консервативность, КОНС — конструктивность, ДЕСТ — деструктивность, СБ — социальные барьеры, ЛБ — личностные барьеры.

В таблице представлены только статистически значимые корреляции: \*  $p \geq 0,05$ , \*\*  $p \geq 0,01$ , \*\*\*  $p \geq 0,001$

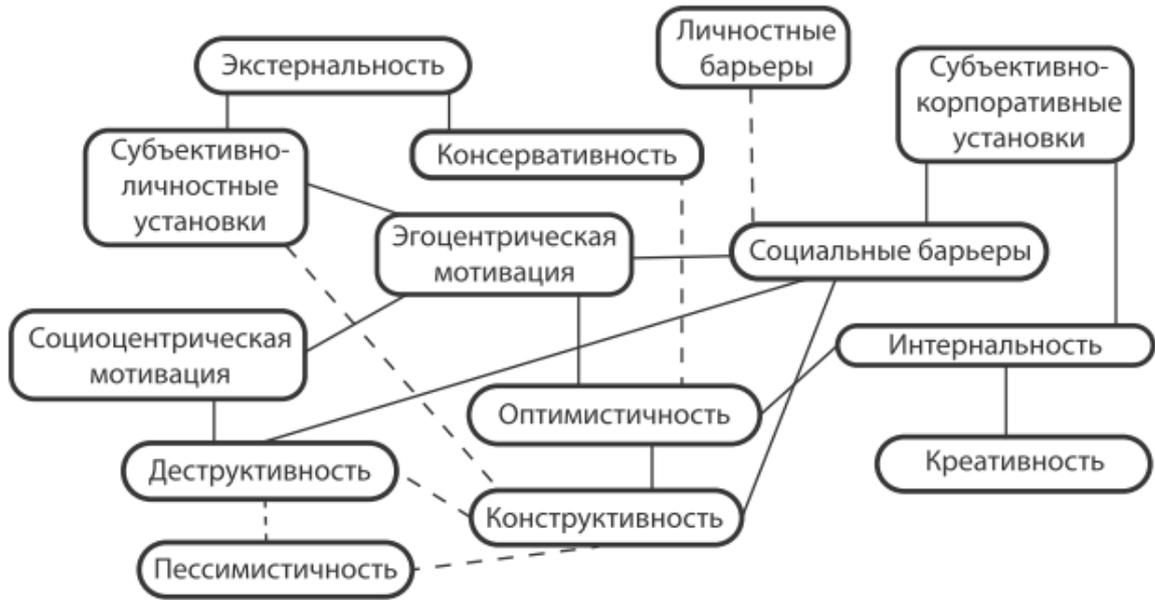


Рисунок 9. Интеркорреляции переменных самореализации у ИТ-специалистов с интровертированно-уверенным типом индивидуальности ( $N=59$ )

Согласно данным, представленным в таблице 8, интернальность на высоком уровне значимости положительно коррелирует с социально-корпоративными установками, оптимистичностью. Содержательно можно говорить о том, что стремление брать ответственность на себя, склонность к самоанализу и рефлексии, планомерность осуществления деятельности связаны с потребностью в самореализации себя на благо общества, эффективному функционированию в коллективе, а также уверенностью в себе, положительной временной перспективой и установками на результативность.

Экстернальность взаимосвязана с субъектно-личностными установками, где доминирующей мотивацией является реализация своего потенциала исключительно в личных целях, для получения еще большей выгоды, не считаясь с другими людьми. При этом ответственность за неудачи чаще приписывается внешним факторам, коллегам и прочим обстоятельствам. Эгоцентрическая мотивация процесса самореализации положительной корреляцией связана с субъективно личностными установками деятельности.

С положительным знаком коррелируют показатели креативности и интернальности, что указывает на способность быстро ориентироваться в меняющихся условиях. Консервативность процесса самореализации положительно связана с экстернальностью и отрицательно – с показателем оптимистичности. Это свидетельствует о склонности ИТ-специалистов с интровертированно-уверенным типом индивидуальности действовать по стандартным, хорошо усвоенным схемам. Трансформация программы поведения в процессе трудовой деятельности вызывает у них сложности в силу слабости саморегуляции и самоорганизации, что обуславливает негативный психоэмоциональный настрой респондентов в оценке и прогнозировании своей результативности.

Конструктивность процесса самовыражения положительным образом коррелирует с оптимистичностью, отрицательно – с пессимистичностью, а также с социально-корпоративными установками самореализации. Выявленные качественные взаимосвязи указывают, что положительная результативность процесса для данной группы респондентов связана с изначальной положительной установкой, позитивным психоэмоциональным состоянием. Шкала «деструктивность» значимо обратно коррелирует с «конструктивностью», что говорит о стремлении ИТ-специалистов интровертированно-уверенного типа к эффективной результативности личностного роста, получению удовлетворения от самого процесса. Также деструктивность парадоксально положительно связана с показателем активности, что, вероятно, может быть обусловлено чрезмерно активной позицией, которая не всегда имеет целенаправленный характер.

Полисистемная концепция самовыражения С. И. Кудинова предполагает изучение некоторых из приведенных особенностей в более крупном масштабе как проявление мотивационно-смыслового и инструментально-стилевого набора характеристик. Анализируя мотивационно-смысловой аспект самореализации, который представлен когнитивным, мотивационным и прогностическим составляющими, необходимо подчеркнуть наличие взаимосвязи между всеми этими компонентами в той или иной степени.

Среди базисных компонентов, обуславливающих эффективность процесса самоосуществления ИТ-специалистов в «интровертированно-уверенном» кластере, выступают субъективно-личностные установки, эгоцентрическая мотивация самореализации, оптимистичность, интернальность саморегуляции, отражая выраженность мотивационно-смыслового, эмоционального и когнитивного компонентов конструкта самореализации.

Далее нами был проведен факторный анализ полученных данных для выявления скрытых факторов, объясняющих структуру корреляций внутри результатов выборки. Целью факторного анализа является поиск факторов, в большей степени влияющих на дисперсию полученных характеристик. Результаты факторного анализа позволят установить детерминанты уровня самореализации у испытуемых.

Для подтверждения установленных интеркорреляционных связей мы провели факторный методом варимакс (таблица 9).

Таблица 9

Факторная структура переменных самореализации у ИТ-специалистов с интровертированно-уверенным типом индивидуальности (N=59)

Переменные самореализации	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3
СКУ	0,275	-0,253	<b>0,886</b>
СЛУ	-0,327	-0,006	-0,296
АКТ	0,496	0,064	-0,147
ИН	-0,331	0,041	0,137
ОПТ	<b>0,768</b>	-0,402	0,254
ПЕС	-0,593	0,124	0,085
ИНТ	<b>0,696</b>	-0,081	0,565
ЭКС	-0,317	<b>0,852</b>	-0,215
СОЦ	0,547	0,314	0,004
ЭГОЦ	-0,024	-0,191	<b>0,716</b>
КРТ	0,188	0,322	0,341
КНС	0,043	<b>0,891</b>	0,051
КОНС	<b>0,785</b>	0,156	0,146
ДЕСТ	0,321	0,572	-0,321

Окончание таблицы 9

Переменные	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3
СБ	0,008	0,476	<b>0,735</b>
ЛБ	0,034	-0,085	<b>0,841</b>

*Примечания:* СКУ — социально-кооперативные установки, СЛУ — субъектно-личностные установки, АКТ — активность, ИН — инертность, ОПТ — оптимистичность, ПЕС — пессимистичность, ИНТ — интернальность, ЭКС — экстернальность, СОЦ — социоцентрическая мотивация, ЭГОЦ — эгоцентрическая мотивация, КРТ — креативность, КНС — консервативность, КОНС — конструктивность, ДЕСТ — деструктивность, СБ — социальные барьеры, ЛБ — личностные барьеры.

В первый фактор с высокими значимыми нагрузками попали такие составляющие самореализации, как «оптимистичность» (0,768), «интернальность» (0,696), «конструктивность» (0,785), что указывает на преобладание у ИТ-специалистов с интровертированно-уверенным типом индивидуальности положительного психоэмоционального состояния при осуществлении своей профессиональной деятельности, стремление к самореализации, быстрое освоение новых способов самовыражения. Данные компоненты являются системообразующими в архитектуре самореализации, что совпадает с результатами корреляционного анализа. Наибольший вклад в процесс самореализации вносят эмоциональный, организационный и прогностический компоненты.

Второй фактор включает противоположные аспекты – экстернальность (0,852) и консервативность (0,891). В третий фактор вошли субъективно-корпоративные установки (0,886), эгоцентрические мотивы (0,716), социальные барьеры (0,835). У большей части респондентов данной группы процесс самовыражения связан с реализацией социально-общественного блага, полезностью трудовой деятельности, ее статусностью. Малозначимыми являются барьеры на пути к самовыражению.

Анализируя специфику видов самореализации в группе ИТ-специалистов с интровертированно-уверенным типом личностных особенностей (рисунок 10) необходимо отметить, что наиболее значимые области жизнедеятельности распределились следующим образом: социальная

самореализация ( $M=13,87\pm 6,97$ ), профессиональная самореализация ( $M=9,01\pm 5,72$ ) и личностная самореализация ( $M=8,04\pm 5,59$ ). У ИТ-специалистов данного кластера наблюдается самый высокий процент интенсивности самореализации личности. Среди показателей социальной самореализации преобладает гармоничный уровень, что может указываться на стремление реализовываться посредством общественной активности, социально-значимой деятельности.

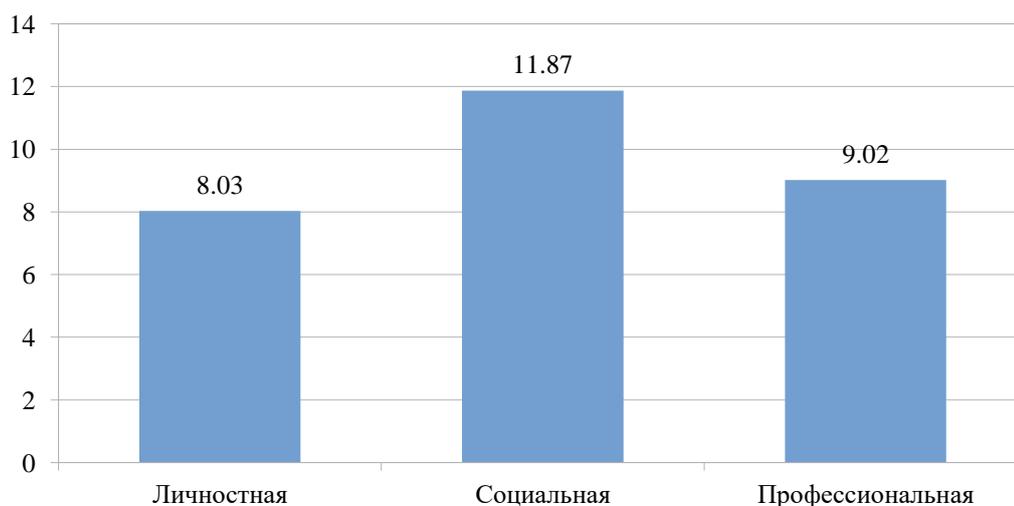


Рисунок 10. Соотношение видов самореализации у ИТ-специалистов с интровертированно-уверенным типом индивидуальности ( $N=59$ )

Относительно профессиональной самореализации в этом кластере также встречаются испытуемые с гармоничным ее уровнем, что указывает на положительное отношение к своей профессии, осознание своих преимуществ и недостатков как профессионалов, стремление к профессиональному развитию, признания своего вклада в повышение престижа и результативности профессиональной деятельности. Они готовы повышать свое мастерство, нацеливаются на карьерный рост, в том числе через реализацию инноваций, которые направлены на улучшение жизни и деятельности общества.

Несмотря на некоторую парадоксальность результатов, респонденты с преобладанием интроверсии в личностном профиле в большей степени

осознают общественную значимость сферы своей профессии, стремятся к реализации в осуществлении социально-полезной деятельности.

Таким образом, результаты проведенного анализа позволяют нам выделить следующие специфические характеристики самореализации, свойственные ИТ-специалистам с интровертированно-уверенным типом индивидуальности.

1. В структуре выраженности переменных самореализации преобладают эгоцентрическая мотивация, инертность, субъектно-личностные установки, пессимистичность.

2. Из всего многообразия подструктур самореализации представителям интровертированно-уверенного типа наиболее свойственны оптимистичность, интернальность и конструктивность, что подтверждают результаты факторного анализа. Структура самореализации респондентов этой группы образована положительными полюсами мотивационно-смысловых и инструментально-стилевых характеристик. Второй фактор включает противоположные аспекты – экстернальность и консервативность. В третий фактор вошли субъективно-корпоративные установки, эгоцентрические мотивы. У большей части респондентов данной группы процесс самовыражения связан с реализацией социально-общественного блага, полезностью трудовой деятельности, ее статусностью. Малозначимыми являются барьеры на пути к самовыражению.

3. В архитектуре самореализации ИТ-специалистов описываемого кластера ведущими являются эмоциональный (мотивационно-смысловые подструктуры), организационный и прогностический компоненты (инструментально-стилевые характеристики).

4. Степень значимости отдельных видов самореализации для представителей интровертированно-уверенного типа индивидуальности определяется приоритетом социальной через профессиональную к личностной.

### 3.2. Особенности самореализации у ИТ-специалистов с экстравертированно-активным профилем индивидуальных особенностей

В конфигурации самореализационных переменных у специалистов ИТ-сферы с экстравертированно-активным типом (рисунок 11) в большей степени выражены шкалы, которые отвечают за субъектно-личностные, эгоцентричные установки личности, инертность в осуществлении своей деятельности. Респонденты в данной подгруппе, также ориентированы на достижение субъективного благополучия при осуществлении профессиональной деятельности, в своих устремления ориентируются на амбициозные, трудно достижимые цели. У специалистов данного кластера преобладает интернальная направленность саморегуляции, что способствует наиболее эффективному управлению своими эмоциями и действиями. В трудной ситуации чаще ориентируется как на собственные ресурсы, так и на помощь и поддержку от коллег и ближайшего окружения.

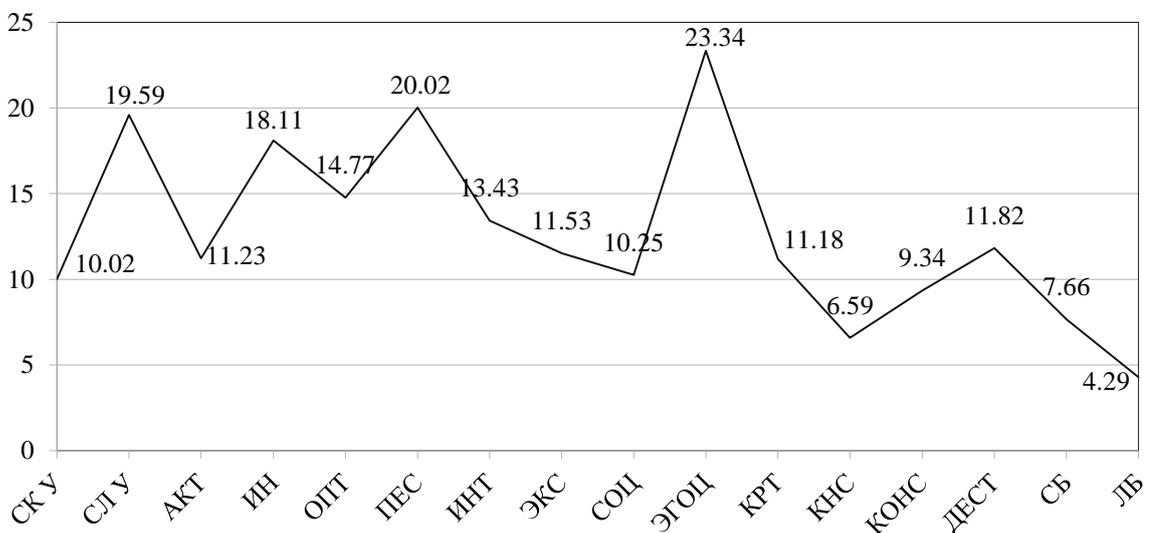


Рисунок 11. Выраженность компонентов самореализации у ИТ-специалистов с экстравертированно-активным типом индивидуальности (N=44)

СКУ — социально-кооперативные установки, СЛУ — субъектно-личностные установки, АКТ — активность, ИН — инертность, ОПТ — оптимистичность, ПЕС — пессимистичность, ИНТ — интернальность, ЭКС — экстернальность, СОЦ — социоцентрическая мотивация, ЭГОЦ — эгоцентрическая мотивация, КРТ — креативность, КНС — консервативность, КОНС — конструктивность, ДЕСТ — деструктивность, СБ — социальные барьеры, ЛБ — личностные барьеры.

Интернальный локус контроля предполагает интрапунитивный радикал с реакциями по типу самообвинения, повышенной самокритичностью, что в сочетании с пессимистичностью, склонностью к драматизации, самовзвинчиванию обуславливает возникновение негативного эмоционального фона даже при незначительных неудачах в деятельности и самовыражении. Достаточно высокий уровень инертности указывает на приверженность ИТ-специалистов с экстравертированно-активным типом индивидуальности стандартным, стереотипным схемам взаимодействия и деятельности. Для здорового, адаптивного индивида характерно использование как новаторских, нестандартных форм поведения, так и хорошо закрепленных, наиболее удачных стереотипных форм поведения. Особенности административной системы, наличие служебной иерархии обуславливают необходимость использования стандартных способов самовыражения, подчинения требованиям, дисциплине. Обращает на себя внимание средняя выраженность параметра «деструктивность», где самовыражение по большей части приносит негативные эмоции, воспринимается в пессимистичном ключе, трудовая деятельность впоследствии рассматривается как рутинная, монотонная, слабо развиваются профессиональные компетенции и навыки. Сфера хобби и интересов сужается, становится более примитивной и ограниченной. На низком уровне зафиксированы личностные барьеры – проявляются у респондентов данного кластера редко, недостаточно интенсивно.

Таким образом, ИТ-специалисты с экстравертированно-активным типом индивидуальности в своей профессиональной деятельности ориентируются на высокий, амбициозный уровень достижений. Зачастую ставят перед собой труднодостижимые цели, что при интернальном типе атрибуции, пессимистической оценке временной и трудовой перспективе приводит к негативным оценкам, а также негативному отношению к профессиональной деятельности с нежеланием приобретения новых

навыков, знаний и умений, отношение к развитию профессиональной компетенции как сугубо необходимости.

Рассмотрим результаты, полученные в ходе интеркорреляционного анализа (таблица 10, рисунок 12).

Таблица 10

Интеркорреляции переменных самореализации у ИТ-специалистов с экстравертированно-активным типом индивидуальности (N=44)

Переменные самореализации	СКУ	СЛУ	ЭКС	ОПТ	СОЦ	КОНС	ДЕСТ
ПЕС	-,300						
ИНТ	,630***			,288*			
ЭКС		,315*					
ЭГО	,457**			,263*	,344**		,383**
КОНС			,358**	-,304**			
ДЕСТ					,383**	-,367**	
СБ						,283*	,366*

*Примечания:* СКУ — социально-кооперативные установки, СЛУ — субъектно-личностные установки, АКТ — активность, ИН — инертность, ОПТ — оптимистичность, ПЕС — пессимистичность, ИНТ — интернальность, ЭКС — экстернальность, СОЦ — социоцентрическая мотивация, ЭГОЦ — эгоцентрическая мотивация, КРТ — креативность, КНС — консервативность, КОНС — конструктивность, ДЕСТ — деструктивность, СБ — социальные барьеры, ЛБ — личностные барьеры.

В таблице представлены только статистически значимые корреляции: \*  $p \geq 0,05$ , \*\*  $p \geq 0,01$ , \*\*\*  $p \geq 0,001$



Рисунок 12. Интеркорреляции переменных самореализации у ИТ-специалистов с экстравертированно-активным типом индивидуальности (N=44)

В структуре самоосуществления специалистов цифровой сферы с экстравертировано-активным типом индивидуальных особенностей ценностно-целевой компонент связан преимущественно с организационным и эмоциональным компонентом. Так, социально-корпоративные установки самореализации положительно коррелируют с интернальностью, эгоцентрической мотивацией. ИТ-специалисты данного кластера несмотря на стремление реализовать себя в общественно-полезной деятельности придерживаются в работе и субъективно-значимых мотивов, в процессе самовыражения хорошо контролируют себя и свои реакции. Субъектно-личностные установки положительным образом взаимосвязаны с экстернальностью. Установка на большую реализацию своего потенциала в различных сферах, не считаясь с интересами других, во многом связана с низким уровнем самоорганизации.

Эгоцентрическая мотивация самовыражения положительно соотносится с оптимистичностью, субъектно-корпоративными установками, социоцентрической мотивацией, а также деструктивностью. В структуре мотивации специалистов цифровой сферы из данного кластера сосуществуют как индивидуально-значимые, так и социально-одобряемые блага, однако зачастую самореализация имеет непродуктивный характер, может приносить разочарование в себе, своих навыках и способностях, но отношение к неудачам может быть поверхностным, несколько легкомысленным.

Деструктивность положительно коррелирует с чрезмерным доминированием социально одобряемых форм поведения, мотивов в работе, что на уровне дезадаптации может проявляться склонностью приносить себя в жертву общественному благу. Также отрицательно деструктивность очевидно связана с показателем конструктивности.

Социальные барьеры положительно коррелируют с деструктивностью (на более высоком уровне значимости) и конструктивностью. По всей видимости, чем чаще ИТ-специалисты обнаруживают тревожность, опасения и ощущение своей неполноценности, тем больше они не удовлетворены своим социальным статусом, результатами трудами и процессом самореализации в целом.

Для подтверждения корреляционных взаимосвязей обратимся к результатам проведенного факторного анализа (таблица 11).

Таблица 11

Факторная структура переменных самореализации у ИТ-специалистов с экстравертированно-активным типом индивидуальности ( $N=44$ )

Переменные самореализации	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3
СКУ	<b>0,864</b>	0,031	-0,144
СЛУ	0,063	0,014	0,524
АКТ	0,341	0,268	0,146
ИН	0,297	-0,204	0,263
ОПТ	0,415	0,046	-0,491
ПЕС	-0,265	-0,203	<b>0,706</b>
ИНТ	<b>0,711</b>	-0,031	-0,203
ЭКС	-0,483	0,336	0,289
СОЦ	0,093	<b>0,751</b>	-0,212
ЭГОЦ	<b>0,769</b>	0,025	0,112
КРТ	-0,036	-0,016	0,670
КНС	-0,099	<b>0,793</b>	0,369
КОНС	0,429	-0,227	0,002
ДЕСТ	-0,081	<b>0,853</b>	-0,143
СБ	0,348	0,531	0,217
ЛБ	-0,463	0,096	-0,134

*Примечания:* СКУ — социально-кооперативные установки, СЛУ — субъектно-личностные установки, АКТ — активность, ИН — инертность, ОПТ — оптимистичность, ПЕС — пессимистичность, ИНТ — интернальность, ЭКС — экстернальность, СОЦ — социоцентрическая мотивация, ЭГОЦ — эгоцентрическая мотивация, КРТ — креативность, КНС — консервативность, КОНС — конструктивность, ДЕСТ — деструктивность, СБ — социальные барьеры, ЛБ — личностные барьеры.

В первый фактор со значимыми весами вошли показатели субъектно-корпоративные установки (0,864), эгоцентрическая мотивация самовыражения (0,769), а также интернальность (0,711) процесса самоорганизации. Данные переменные выступают системообразующими в конфигурации структуры самореализации личности, что сочетается с данными корреляционного анализа. Наличие этих переменных в первом

факторе указывает на доминирование ценностно-целевого компонента, организационного компонента и мотивационной составляющей.

Во второй фактор на высоком уровне значимости вошли деструктивность (0,853), социоцентрическая мотивация (0,751) и консервативность (0,793). Переменные в данном факторе относятся в основном к когнитивно-прогностическому компоненту процесса самореализации, преимущественно с негативной окраской.

В третий фактор с небольшим удельным весом вошел показатель пессимистичности (0,706). Данная шкала составляет последний фактор, степень ее влияния на процесс самовыражения является невысокой.

Обобщая данные факторного анализа, которые подтверждают результаты корреляционного анализа и свидетельствуют о том, что ключевыми компонентами процесса самовыражения выступают субъектно-корпоративные установки, эгоцентрическая мотивация, интернальная саморегуляция, консервативность и деструктивность.

Анализируя видовую специфику самореализации специалистов цифровой сферы с экстравертированно-активным типом индивидуальности, можно отметить, что доминирующим является социальная самореализация ( $M=10,96\pm 5,56$ ), что связано с экстравертированной направленностью личности данных ИТ-специалистов (рисунок 13). Далее представлены профессиональная ( $M=7,78\pm 5,60$ ) и личностная самореализация ( $M=5,81\pm 4,42$ ).

Полученные результаты свидетельствуют об устойчивости у специалистов ИТ-сферы экстравертированно-активного типа существующих стремлений к самореализации в социальном плане. Для данных респондентов важно, чтобы ближайшее окружение, социум разделяли их взгляды и ценности, в процессе самовыражения они ориентируются на интересы и мнения окружающих. В среднем диапазоне находятся показатели профессионального самовыражения, что указывает на достаточно значимую, но не доминирующую роль трудовой деятельности

в жизни респондентов из данной группы. Многие испытуемые из данной группы имеют гармоничный или инертный тип самоосуществления, значит, они достаточно свободно чувствуют себя на рабочем месте, выполняют свои трудовые обязанности, но их жизнь не ограничивается исключительно профессиональной деятельностью. Менее значимой является сфера личностного роста.

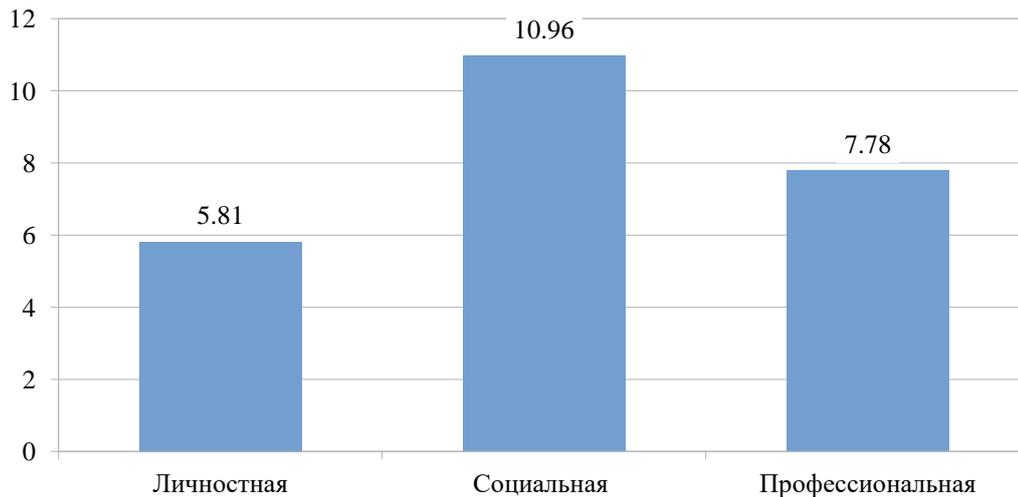


Рисунок 13. Выраженность видов самореализации в экстравертированно-активном кластере (N=44)

Таким образом, к особенностям самореализации специалистов цифровой сферы с экстравертированно-активным типом самореализации можно отнести следующие характеристики:

1. Наиболее высокие показатели по шкале «пессимистичность» методики МОСЛ во всей экспериментальной группе, что может быть связано с восприятием профессиональной деятельности в ИТ-сфере как рутинной, монотонной, несколько скучной, для активных экстравертов.

2. Самые низкие показатели по шкале «консервативность» во всей выборке, при высоких показателях креативности, что указывает на склонность респондентов данной группы к поиску нестандартных решений.

3. В большей степени выражены параметры «эгоцентричная мотивация», «субъектно-личностные установки» и «инертность».

4. В структуре самореализации выделены три ключевых фактора. Фактор, связанный с субъектно-корпоративными установками, эгоцентрической мотивацией самореализации, интернальностью, что свидетельствует о том, что узколичностные мотивы присущи у представителям этой группы, их умеренная проявленность влияет скорее положительно на успех самореализации, способствуя стремлению к развитию личностных качеств, свойств и способностей. Во второй фактор на высоком уровне значимости вошли деструктивность, социоцентрическая мотивация и консервативность, что позволяет говорить о характерности для данных респондентов этих компонентов самореализации. Третий фактор представлен наименее значимыми характеристиками – пессимистичность.

5. В структуре самореализации доминируют ценностно-целевой компонент, организационный компонент и мотивационно-смысловая составляющая, также отмечается выраженность когнитивно-прогностического компонента преимущественно с негативной окраской.

6. Анализируя видовую специфику самореализации специалистов цифровой сферы с экстравертированно-активным типом индивидуальности, можно отметить, что доминирующим является социальная самореализация, что связано с экстравертированной направленностью личности данных ИТ-специалистов, далее представлены профессиональная и личностная самореализация.

### **3.3. Характеристика самореализации специалистов с экстравертированно-просоциальным типом индивидуальности**

У специалистов цифровой сферы с экстравертированно-просоциальным типом индивидуальности (рисунок 14) отмечается наибольшая выраженность следующих компонентов самореализации: установки приспособления и анэргичность. На следующем уровне иерархии расположены пессимистичность, экстернальный локус контроля. Ведущими выступают факторы, сдерживающие процесс самореализации личности.

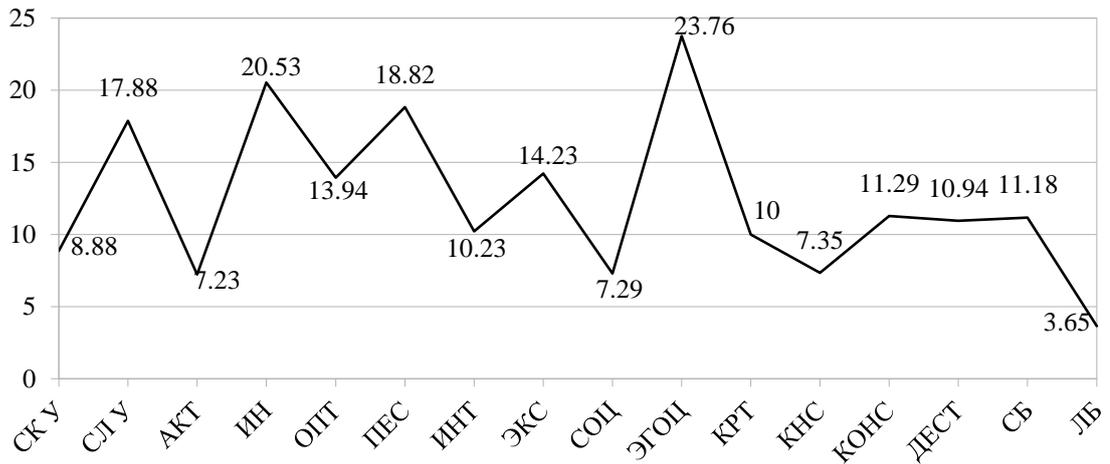


Рисунок 14. Выраженность переменных самореализации у ИТ-специалистов с экстравертированно-просоциальным типом личностных особенностей (N=51)

СКУ — социально-кооперативные установки, СЛУ — субъектно-личностные установки, АКТ — активность, ИН — инертность, ОПТ — оптимистичность, ПЕС — пессимистичность, ИНТ — интернальность, ЭКС — экстернальность, СОЦ — социоцентрическая мотивация, ЭГОЦ — эгоцентрическая мотивация, КРТ — креативность, КНС — консервативность, КОНС — конструктивность, ДЕСТ — деструктивность, СБ — социальные барьеры, ЛБ — личностные барьеры.

ИТ-специалисты данной группы в процессе выполнения трудовых обязанностей большей частью пребывают в подавленном, раздражительном аффективном состоянии. Временная перспектива сужена, где будущее видится в пессимистичном оттенке, а в настоящем преобладает апатия и тревога. Монотонная работа, предполагающая по большей части индивидуальный труд, скорее всего, обуславливает негативное психоэмоциональное состояние. Экстравертированная направленность отчасти формирует установку приспособления, потребность соответствовать ожиданиям вышестоящих коллег, приспособления к другим участникам, условиям трудового процесса, без явных попыток их изменить.

Повышенная экстернальность говорит о поиске поддержки со стороны окружающих, коллег, руководителей, проявляется в созвучности социальной среде, необходимости сверять, уточнять свои действия с другими участниками рабочего коллектива. Специалисты в сфере информационных технологий спрашивают совета по различным, в том числе незначительным поводом,

прислушиваются к мнению более значимых лиц, действуя по инструкции, что затем приводит к ослаблению чувства самостоятельности, самооценности, что не способствует эффективному самовыражению. Поведение, профессиональная деятельность приобретают шаблонно-схематичный характер, исключая творческий подход, предпочтение отдается пассивным формам труда и отдыха. Всякая новая деятельности, поручения вызывают лишь тревогу и беспокойство, уровень инициативности низкий.

Рассмотрим психологическую структуру феномена самореализации путем исследования интеркорреляций, которые представлены в таблице 12 и на рисунке 15.

Таблица 12

Интеркорреляции переменных самореализации у ИТ-специалистов с экстравертированно-просоциальным типом индивидуализации ( $N=51$ )

Переменные самореализации	СКУ	СЛУ/	ИН	АКТ	ОПТ	ПЕС	КОНС	ДЕСТ	СБ
ПЕС	-,284*								
ИНТ	,664***								
ЭКС		,463**		-,363**					
ЭГОЦ	,353**								
КНС	,340**	,343**	,		-,359**				
КОНС		-,315*	363**			–			
ДЕСТ						-,431**	,349**		
СБ	,344*						,346**	,475***	
ЛБ								-,321**	-,381**

*Примечания:* СКУ — социально-кооперативные установки, СЛУ — субъектно-личностные установки, АКТ — активность, ИН — инертность, АКТ – активность, ОПТ — оптимистичность, ПЕС — пессимистичность, ИНТ — интернальность, ЭКС — экстернальность, СОЦ — социоцентрическая мотивация, ЭГОЦ — эгоцентрическая мотивация, КРТ — креативность, КНС — консервативность, КОНС — конструктивность, ДЕСТ — деструктивность, СБ — социальные барьеры, ЛБ — личностные барьеры.

В таблице представлены только статистически значимые корреляции: \*  $p \geq 0,05$ , \*\*  $p \geq 0,01$ , \*\*\*  $p \geq 0,001$



Рисунок 15. Интеркорреляции переменных самореализации у ИТ-специалистов с экстравертированно-просоциальным типом индивидуализации ( $N=51$ )

Как показано в таблице 12, субъектно-корпоративные установки на статистически достоверном уровне взаимосвязаны с интернальной саморегуляцией, консервативностью, социальными барьерами, а отрицательно – с пессимистичностью. Данные корреляции свидетельствуют о том, что чем чаще респонденты реализуют социально-направленные установки, тем чаще обнаруживают мотивы, направленные на достижение личностных благ, карьерного роста, саморазвитие.

Субъектно-личностные установки самореализации на высоком уровне значимости коррелируют с экстернальностью, консервативностью, а на отрицательном уровне – с показателем конструктивности. Преобладание установок на достижение высоких личностных результатов приводит к нарушениям процесса самоорганизации, перекладыванию ответственности на других, интеллектуальной, поведенческой стереотипности, а также к снижению конструктивности и понижению удовлетворенности процессом самоосуществления.

Активность отрицательно коррелирует с экстернальным локусом контроля на высоком уровне статистической достоверности. Чем больше респонденты стремятся к проявлению активной позиции при осуществлении профессиональной деятельности, тем менее выражена их зависимость от других людей и внешних обстоятельств. Инертность же положительно связана с конструктивностью, где обстоятельный, детальный подход к процессу деятельности приводит к позитивной результативности процесса самовыражения.

Эмоциональный компонент процесса самореализации негативно коррелирует с консервативностью (оптимистичность) и деструктивностью (пессимистичность). Чем ниже уровень консервативности, тем больше удовольствия, положительных эмоций приносит процесс самореализации.

Для подтверждения системообразующих переменных процессов самореализации нами осуществлен факторный анализ (таблица 13).

Таблица 13

Факторная структура переменных самореализации у ИТ-специалистов с экстравертированно-просоциальным типом индивидуальности ( $N=51$ )

Переменные	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3
СКУ	0,673	0,484	0,003
СЛУ	<b>0,713</b>	0,092	-0,389
АКТ	0,167	0,255	0,431
ИН	-0,258	-0,349	-0,223
ОПТ	-0,447	0,304	0,195
ПЕС	-0,094	-0,467	<b>0,725</b>
ИНТ	<b>0,759</b>	-0,014	0,169
ЭКС	0,146	0,014	<b>-0,768</b>
СОЦ	0,341	0,057	0,414
ЭГОЦ	0,211	0,341	0,592
КРТ	<b>0,797</b>	-0,209	0,194
КНС	0,619	0,327	-0,398
КОНС	-0,455	0,118	0,016
ДЕСТ	-0,128	<b>0,857</b>	-0,014

Переменные	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3
СБ	0,058	<b>0,787</b>	-0,135
ЛБ	-0,215	-0,639	-0,288

*Примечания:* СКУ — социально-кооперативные установки, СЛЮ — субъектно-личностные установки, АКТ — активность, ИН — инертность, ОПТ — оптимистичность, ПЕС — пессимистичность, ИНТ — интернальность, ЭКС — экстернальность, СОЦ — социоцентрическая мотивация, ЭГОЦ — эгоцентрическая мотивация, КРТ — креативность, КНС — консервативность, КОНС — конструктивность, ДЕСТ — деструктивность, СБ — социальные барьеры, ЛБ — личностные барьеры.

В первом факторе со значимыми весами представлены такие составляющие, как субъектно-личностные установки самореализации (0,713), интернальный локус контроля (0,759) и креативность (0,797). Содержание этого фактора, определяющего специфику процесса самовыражения, говорит о том, что для данных ИТ-специалистов характерно принятие ответственности на себя, высокий уровень организации и планирования своей деятельности, готовность пробовать новое, осваивать компетенции и навыки при реализации своей деятельности. В качестве доминирующего мотива деятельности выступает побуждение к сохранению своего положения, достижению личностных успехов.

Во второй фактор вошли следующие составляющие: деструктивность (0,857) и социальные барьеры (0,787). Данные переменные ограничивают возможности самореализации, приводят к неудаче процесса самовыражения.

В третий фактор вошли пессимистичность (0,725) и экстернальность (-0,768). Учитывая, что данные переменные относятся к третьему фактору с наименьшими весами, они оказывают наименьшее влияние на процесс самореализации личности.

Таким образом, корреляционный и факторный анализы позволяют сделать вывод о том, что особенностью феномена самовыражения у специалистов в сфере информационных технологий с экстравертированно-просоциальным типом личности является преобладание субъектно-личностных установок, эгоцентрических установок в мотивационном

компоненте, интернальность процесса самореализации, креативность, деструктивность и социальные барьеры, с преобладанием сдерживающих факторов ценностно-целевого, организационного и когнитивно-прогностического компонентов процесса самоосуществления. В плане специфики приоритетности различных видов самореализации у ИТ-специалистов с экстравертированно-просоциальным типом личности наблюдается в целом сходная картина с представителями других кластеров (рисунок 16). Наиболее значимой является социальная самореализация ( $M=10,56\pm 5,63$ ), несмотря на доминирование эгоцентрической мотивации, но между тем ее показатели ниже, чем в остальных группах. Можно говорить, что основные усилия, этих испытуемых направлены на общественные достижения, имеют просоциальные установки, однако, невысокая выраженность свидетельствует об отсутствии фиксации на реализации социально-значимых смыслов и видов деятельности. ИТ-специалисты данной группы не видят свое самовыражение отдельно от социальной активности. Личные достижения, саморазвитие имеют меньшую ценность ( $M=4,96\pm 3,25$ ). Профессиональная же самореализация ( $M=5,38\pm 5,51$ ) занимает второе место по степени выраженности в данном кластере, но имеет минимальную выраженность по сравнению с представителями других групп.

Таким образом, последовательность видов самореализации для данной группы образована иерархией от социального к профессиональному и затем личностному уровню. Зафиксированы самые низкие показатели по всем видам самореализации у представителей ИТ-специалистов с экстравертированно-просоциальным типом индивидуальных особенностей.

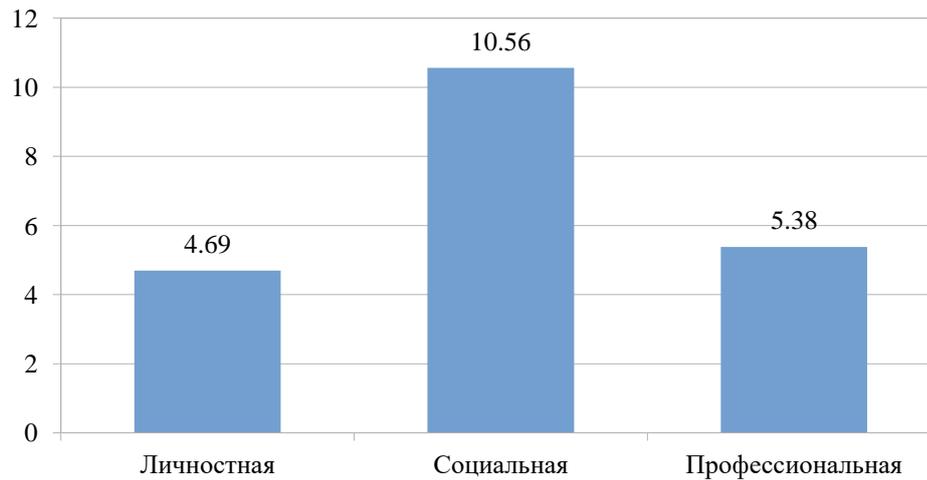


Рисунок 16. Соотношение видов самореализации  
в экстравертированно-просоциальном кластере (N=51)

Обобщая результаты проведенного статистического анализа специфики самореализации специалистов цифровой сферы с экстравертированно-просоциальным типом индивидуально-психологических особенностей, можно отметить следующие характеристики.

1. Отмечены самые высокие среди всех кластеров по параметрам, блокирующим самореализацию – социальные барьеры, при этом показатели личностных барьеров минимальные среди всех исследуемых подгрупп.

2. Наблюдаются самые низкие показатели по шкале «активность». Наиболее высокие показатели среди всех шкал напротив отмечаются по параметру «инертность», что указывает на невысокий уровень активности при осуществлении процесса самовыражения.

3. Между показателями шкал обнаружены множественные прямо и обратно пропорциональные корреляционные связи.

4. Субъектно-личностные установки самореализации на высоком уровне значимости коррелируют с экстернальностью, консервативностью, а на отрицательном уровне – с показателем конструктивности.

5. Эмоциональный компонент процесса самореализации негативно коррелирует с консервативностью (оптимистичность) и деструктивностью (пессимистичность). Чем ниже уровень консервативности, тем больше удовольствия, положительных эмоций приносит процесс самореализации.

6. По результатам факторного анализа выделены два фактора с высокими удельными весами, в третий вошли переменные с меньшим уровнем значимости, оказывающие меньшее влияние на процесс самовыражения (пессимистичности и экстернальность). В первом факторе со значимыми весами представлены такие составляющие, как субъектно-личностные установки самореализации, интернальный локус контроля и креативность. В качестве доминирующего мотива деятельности выступает побуждение к сохранению своего положения, достижению личностных успехов. Во второй фактор вошли параметры деструктивности и социальные барьеры.

7. Иерархия значимости видов самореализации представлена последовательно социальной, профессиональной и личностной самореализацией. Это позволяет говорить о том, что несмотря на доминирование эгоцентрических мотивов в системе личностной мотивации, данные ИТ-специалисты отмечают важность реализации социальной полезной деятельности и социальной значимости результата самореализации.

### **3.4. Сравнительный анализ самореализации ИТ-специалистов с разными типами индивидуальности**

Результаты исследования по методике МОСЛ позволили установить, что в соответствии с уровнем самореализации испытуемые делятся на четыре группы.

Гармоничный (высокий) уровень самореализации – у 1,2 % от общего числа выборки (2 чел.) Эти люди искренне любят свою работу, относятся к ней как к смыслу своей жизни, подходят к ней творчески и активно. В своей деятельности они конструктивны и рациональны.

Адаптивный (выше среднего) уровень – у 12,33 % (19 чел.) Данная группа также отличается активным и заинтересованным, творческим отношением к работе, хотя и не в такой степени, как представители первой

группы. Профессиональный рост и развитие важно для них, но не является жизненной целью.

Инертный (средний) уровень показателя – у 38,31 % (59 чел.) Учитывая специфику профессиональной деятельности специалистов информационных технологий, можно отметить, что свойство инертность характеризует не пассивность поведения, а поведенческую усидчивость. Данные испытуемые склонны проявлять усидчивость, способность работать в соответствие с регламентированными процедурам и методологиями, следовать четким алгоритмам, сохранять эффективность в условиях, требующих максимальной сосредоточенности, внимательности.

Иррациональный (низкий) уровень самореализации – у 48,05 % (74 чел.). Респонденты с низким уровнем самореализации составляют наибольшую долю выборки, для этих людей работа неприятна, им не нравится то, чем они должны заниматься, но они вынуждены это делать, поэтому воспринимают работу пассивно, не стремятся к профессиональному росту.

Сравнение средних показателей респондентов с разными типами индивидуально-типологических особенностей позволяет сделать вывод о том, что общий показатель самореализации наиболее высок у лиц с преобладанием интровертированно-активного типа индивидуальности. Во всех кластерах преобладает инертный уровень процесса самовыражения (рисунок 18).

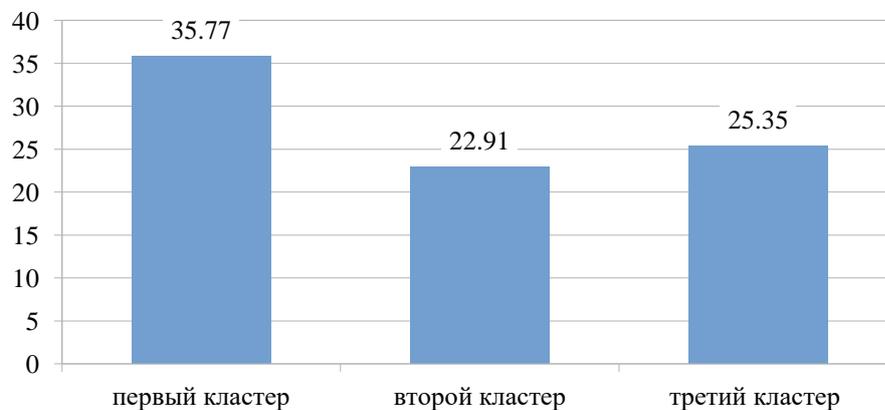


Рисунок 18. Показатели уровня самореализации во всех исследуемых кластерах ( $N = 154$ )

У представителей интровертированно-уверенного кластера получен наибольший первичный показатель уровня самореализации ( $M=35,77\pm 28,88$ ), что соответствует инертному уровню. Специалисты данной подгруппы не стремятся к проявлению инициативы, разработке нестандартных, оригинальных способов решения профессиональных проблем, предпочитая действовать по привычным, упроченным схемам. Представители ИТ-сферы с экстравертированно-активным подтипом находятся преимущественно на инертном уровне, граничащим с иррациональным ( $M=22,91\pm 18,47$ ). Для данных сотрудников характера эгоцентрически-гедонистическая установка, они избегают освоения новых профессиональных компетенций, проблемных ситуаций, т. к. для этого необходимо приложить слишком много усилий. Рассматривая показатель уровня самореализации в кластере специалистов с экстравертированно-просоциальными индивидуальными чертами, мы обнаруживаем также принадлежность к инертному типу, но среднее значение несколько ниже, чем в первом кластере ( $M=25,35\pm 15,64$ ). Респонденты из этого кластера также не проявляют особой активности и инициативности в профессиональной деятельности, реализация себя в общественной деятельности трудового коллектива также не свойственна.

Сравнительный анализ уровня самореализации в каждом кластере статистически зафиксированных различий не обнаруживает ( $H=5,312$ , при  $p\leq 0,1$ ). Выявленные особенности с невысоким уровнем самореализации в каждом кластере отчасти можно объяснить возрастными особенностями (средний возраст респондентов –  $32,09 \pm 5,71$ ). Молодые люди на данном этапе могут не задумываться о необходимости самореализации в профессии, общественной жизни, ориентированы на получение удовольствия от жизни, создание своей семьи, в меньшей степени склонны к рефлексии относительно личного опыта и саморазвития, в том числе духовного развития. Низкий уровень креативности, инициативы у всех специалистов нашей выборки, может быть связан со спецификой профессиональной деятельности в цифровой сфере, требующей осуществления трудовых обязанностей по четко сформулированным алгоритмам, схемам.

На очередном этапе исследования был проведен сравнительный анализ доминирующих видов самореализации у ИТ-специалистов в выделенных кластерах. По данным статистического анализа обнаруживаются достоверно значимые различия между кластерами по всем видам самореализации (таблица 14).

Таблица 14

Сравнительный анализ видов самореализации у ИТ-специалистов  
с разным типом индивидуальности ( $N=154$ )

Виды самореализации	Интровертированно-уверенный		Экстравертированно-активный		Экстравертированно-просоциальный		<i>H</i> -критерий	<i>p</i> -уровень
	Средн.	Станд. откл.	Средн.	Станд. откл.	Средн.	Станд. откл.		
личностная	8,04	5,59	5,81	4,42	4,96	3,25	9,508	0,009
социальная	13,87	6,97	10,96	5,56	10,56	5,63	6,395	0,041
профессиональная	9,01	5,72	7,78	5,60	5,38	5,51	15,859	0,000

Иерархия значимости видов самореализации во всех трех кластерах имеет сходную структуру, где преобладают тенденции, ориентированные на реализацию социально-значимой деятельности (социальная самореализация), затем располагается заинтересованность в профессиональной деятельности (профессиональная самореализация) и только на следующем уровне представлена склонность к реализации себя как личности, духовному росту (личностная реализация).

По данным сравнительного анализа тенденции, как социально одобряемые ( $H=9,508$ , при  $p=0,009$ ), так и личностной направленности ( $H=6,395$ , при  $p=0,041$ ), статистически значимо преобладают у специалистов цифровой сферы с интровертированно-уверенным типом индивидуальности. В первом кластере прослеживается также высокий уровень профессиональной самореализации ( $H=15,859$ , при  $p=0,000$ ), что указывает на удовлетворенность своей профессиональной деятельностью, признание своего вклада в повышение престижности, результатов своей деятельности. Несмотря на некоторую

парадоксальность результатов, респонденты с преобладанием интроверсии в личностном профиле в большей степени осознают общественную значимость сферы своей профессии, стремятся к реализации в осуществлении социально-полезной деятельности.

Среди представителей экстравертированно-активного типа также преобладает социальная направленность самореализации ( $M=10,96\pm 5,56$ ), для данных специалистов важна общественная деятельность и включенность в социум. Высокая значимость профессиональной самореализации ( $M=7,78\pm 5,60$ ) указывает на потребность в достижении успехов, реализации своего интеллектуального потенциала в трудовой деятельности. Ориентация на личностный рост ( $M=5,81\pm 4,42$ ) выражена в меньшей степени.

Представители третьего кластера – ИТ-специалисты с экстравертированно-просоциальным типом индивидуальности – в большей степени стремятся к реализации в социальной сфере ( $M=10,56\pm 5,63$ ), для них является важным, чтобы окружение разделяло их цели и ценности, а также выполнение деятельности, являющейся значимой для общества в целом. В данном кластере в меньшей степени выражена личностная реализация ( $M=4,96\pm 3,25$ ), что указывает на большую вовлеченность макро- и микросоциальных факторов в формирование представлений об успешности самореализации, чем личностного успеха, т.е. такие специалисты не ограничивают себя сугубо рамками профессиональной деятельности.

Для выявления статически достоверных различий в архитектуре профиля самореализации у респондентов с разными типами индивидуальности был выполнен сравнительный анализ с помощью *H*-критерия Краскела-Уоллиса (табл. 15).

Данные, представленные в таблице 15, свидетельствуют о том, что около половины составляющих эффективной самореализации статистически значимо различаются в трех выделенных кластерах. У респондентов с преобладанием интроверсии доминируют субъектно-личностные установки, инертность, интернальный тип саморегуляции. В кластере экстравертированно-активных субъектов значимо выше расположен показатель активности, они находятся в постоянном движении (внешнем

и внутреннем), стремятся к осуществлению своего потенциала, однако, недостаток других звеньев системы самореализации затрудняет успешность самовыражения. В кластере респондентов с экстравертированно-просоциальными чертами доминирует конструктивность поведения, которая приносит удовлетворение субъекту самореализации, легкость усвоении новых навыков и специализаций, а также социальные барьеры, которые обуславливают трудности в самовыражении в связи с недостаточным жизненным опытом, не комфортными условиями среды, а также трудностями предвосхищения и длительного планирования.

Таблица 15

Сравнительный анализ переменных самореализации  
в выделенных кластерах (N=154)

Переменные	Интровертированно-уверенный		Экстравертированно-активный		Экстравертированно-просоциальный		H-критерий	p-уровень
	Средн.	Станд. откл.	Средн.	Станд. откл.	Средн.	Станд. откл.		
СКУ	9,72	6,59	10,02	6,12	8,88	5,37	0,702	0,704
СЛУ	19,78	5,61	19,59	4,32	17,18	3,91	<b>11,694</b>	0,003
АКТ	8,54	6,52	11,23	5,97	7,23	5,26	<b>12,139</b>	0,002
ИН	21,68	5,01	18,11	5,83	20,53	6,16	<b>10,194</b>	0,006
ОПТ	12,08	7,08	14,77	5,58	13,94	5,64	3,193	0,203
ПЕС	19,67	6,77	20,02	6,34	18,82	6,48	1,268	0,531
ИНТ	13,58	8,45	13,43	5,94	10,23	6,19	<b>6,371</b>	0,041
ЭКС	14,19	7,88	11,52	7,63	14,23	6,95	3,771	0,152
СОЦ	9,9	8,08	10,25	7,83	7,29	6,03	3,371	0,185
ЭГОЦ	22,91	6,87	23,34	6,39	23,76	3,52	0,53	0,767
КРТ	12,22	6,04	11,18	5,28	10	5,85	4,99	0,083
КНС	9,65	8,47	6,59	6,35	7,35	6,69	2,766	0,251
КОНС	8,37	5,94	9,34	5,89	11,29	5,26	<b>7,451</b>	0,024
ДЕСТ	8,73	8,52	11,82	9,37	10,94	11,09	1,034	0,596
СБ	8,99	5,27	7,66	5,03	11,18	4,89	<b>11,966</b>	0,003
ЛБ	4,28	3,93	4,29	3,94	3,65	3,46	1,235	0,539

*Примечания:* СКУ — социально-кооперативные установки, СЛУ — субъектно-личностные установки, АКТ — активность, ИН — инертность, ОПТ — оптимистичность, ПЕС — пессимистичность, ИНТ — интернальность, ЭКС — экстернальность, СОЦ — социоцентрическая мотивация, ЭГОЦ — эгоцентрическая мотивация, КРТ — креативность, КНС — консервативность, КОНС — конструктивность, ДЕСТ — деструктивность, СБ — социальные барьеры, ЛБ — личностные барьеры.

Таким образом, сравнительный анализ показал, что у специалистов цифровой сферы с интровертированно-уверенным типом индивидуальности преобладает эгоцентрическая, субъектно-значимая направленность поведения, с доминированием установок по позиционированию своей персоны, свободному самовыражению, зачастую без ориентации на социум, потребности и интересы других людей, что связано как с личностной интроверсией, так и склонностью к стеничной манере самоутверждения вопреки интересам других людей. На этом фоне прослеживается инертность установок, с трудностями переключения к новым, нестандартным способам действий, и соответствующим снижением качества деятельности, что также может способствовать актуализации стеничных черт в попытках достичь необходимого результата. В возникновении трудных ситуаций преобладает интернальный локус контроля и поведения с самообвиняющими реакциями.

ИТ-специалисты с экстравертированно-активным типом индивидуальности отличаются активностью поведения, зависимостью саморегуляции от внутренних особенностей и переживаний, при этом активность может иметь не всегда направленный, в полной мере осознанный характер, что приводит к возникновению неблагоприятного эмоционального фона и затрудняет эффективность самоосуществления.

Сотрудники ИТ-компаний с экстравертированно-просоциальным типом индивидуальности могут быть чрезмерно созвучны социальной среде, стремиться получить одобрение у коллег, руководства, в связи с чем несмотря на высокий уровень конструктивности поведения, получения удовлетворения от своей деятельности, собственная идентичность может сглаживаться, что также не способствует эффективной самореализации. Имеет большое количество барьеров, препятствий в самовыражении, связанные с недостатком опыта (отчасти этим и общей экстернальностью обусловлено обращение за социальной поддержкой), а также трудностями антиципации и прогноза.

### Выводы по третьей главе

По результатам эмпирического анализа психологической структуры феномена самореализации специалистов цифровой сферы можно сделать следующие выводы:

1. У ИТ-специалистов, имеющих различные индивидуально-психологические характеристики обнаружены как общие профессиональные закономерности процесса самовыражения, так и специфические особенности, отражающие уникальность самореализации в каждом конкретном кластере. Выявляются отличительные признаки отдельных компонентов процесса самоосуществления как количественной выраженности отдельных характеристик, корреляционных взаимосвязей, так и качественными описаниями.

2. В структуре выраженности переменных самореализации у ИТ-специалистов с интровертированно-уверенным типом индивидуальных особенностей преобладают субъектно-личностная установка самореализации, эгоцентрическая установка, интернальность организационного компонента и поведенческая усидчивость. Факторный анализ подтвердил, что из всего многообразия подструктур самореализации наиболее свойственны оптимистичность, интернальность и конструктивность. Структура самореализации респондентов этой группы образована положительными полюсами мотивационно-смысловых и инструментально-стилевых характеристик. Второй фактор включает противоположные аспекты – экстернальность и консервативность. В третий фактор вошли субъективно-корпоративные установки, эгоцентрические мотивы. У большей части респондентов данной группы процесс самовыражения связан с реализацией социально-общественного блага, полезностью трудовой деятельности, ее статусностью. Малозначимыми являются барьеры на пути к самовыражению. В архитектуре самореализации представителей этого кластера ведущими являются эмоциональный (мотивационно-смысловые подструктуры), организационный и прогностический компоненты (инструментально-

стилевые характеристики). Степень значимости отдельных видов самореализации для представителей данного кластера определяется приоритетом социальной через профессиональную к личностной.

3. Специфику самореализации личности у специалистов с экстравертированно-активным типом личности определяют наиболее высокие показатели по шкале «пессимистичность» во всей подвыборке. Отмечаются самые низкие показатели по шкале «консервативность» при высоких показателях креативности, что указывает на склонность к поиску нестандартных решений. В большей степени выражены шкалы, которые отвечают за субъектно-личностные, эгоцентричные установки личности. В структуре самореализации выделены три ключевых фактора. Фактор, связанный с субъектно-корпоративными установками, эгоцентрической мотивацией самореализации, интернальностью, что свидетельствует о том, что узколичностные мотивы присущи представителям этой группы, их умеренная проявленность влияет скорее положительно на успех самореализации, способствуя стремлению к развитию личностных качеств, свойств и способностей. Во второй фактор на высоком уровне значимости вошли деструктивность, социоцентрическая мотивация и консервативность, что позволяет говорить о характерности для данных респондентов этих компонентов самореализации. Третий фактор представлен наименее значимыми характеристиками – пессимистичность. В структуре самореализации доминируют ценностно-целевой компонент, организационный компонент и мотивационно-смысловая составляющей, также отмечается выраженность когнитивно-прогностического компонентов процесса самореализации, преимущественно с негативной окраской. Самые высокие показатели социальной самореализации с доминирование гармоничного уровня, что свидетельствует об ориентации на реализацию собственных установок и мотивов в процессе реализации социально значимой деятельности. Самыми низкими являются показатели личностного

самовыражения с преобладанием иррационального уровня, что указывается на слабость индивидуального вектора самовыражения.

4. У ИТ-специалистов с экстравертированно-просоциальным типом индивидуальности среди мотивационно-смысловых характеристик преобладает эгоцентрическая мотивация. Субъектно-личностные установки самореализации на высоком уровне значимости коррелируют с экстернальностью, консервативностью, а на отрицательном уровне – с показателем конструктивности. По результатам факторного анализа выделены два фактора с высокими удельными весами, в третий вошли переменные с меньшим уровнем значимости, оказывающие меньшее влияние на процесс самовыражения (пессимистичности и экстернальность). В первом факторе со значимыми весами представлены такие составляющие, как субъектно-личностные установки самореализации, интернальный локус контроля и креативность. В качестве доминирующего мотива деятельности выступает побуждение к сохранению своего положения, достижению личностных успехов. Во второй фактор вошли параметры деструктивности и социальные барьеры. Иерархия значимости видов самореализации представлена последовательно социальной, профессиональной и личностной самореализацией. При этом показатели по всем видам самореализации в данном кластере минимальные относительно других групп. Это позволяет говорить о том, что несмотря на доминирование эгоцентрических мотивов в системе личностной мотивации, данные ИТ-специалисты отмечают важность реализации социальной полезной деятельности и социальной значимости результата самореализации.

5. Исходя из полученных данных можно говорить о том, что специалисты цифровой сферы с усилением индивидуально-психологических особенностей по интровертированно-уверенному типу обнаруживают наиболее высокие показатели по всем трем видам самореализации: личностной, социальной и профессиональной, а также по общему уровню самореализации личности. Полученные данные позволяют нам рассматривать данный набор черт

в качестве одной из предпосылок успешной самореализации личности специалистов в сфере информационных технологий.

6. Таким образом, полученные эмпирические данные позволяют установить некоторые особенности самореализации специалистов из сферы информационных технологий, что дает возможность избирательно, с учетом доминирования того или иного набора индивидуально-личностных характеристик, разрабатывать и осуществлять оптимизирующие программы для психологического сопровождения специалистов с целью нивелирования затруднений и барьеров, блокирующих процесс профессионального и личностного развития.

7. Всесторонний анализ индивидуального своеобразия самореализации ИТ-специалистов, предпринятый в рамках эмпирического исследования, позволил дополнить и обогатить представление о проблеме самореализации субъектов деятельности, разрабатываемой авторами в рамках полисистемной концепции (А. И. Позин, С. С. Белоусова, Н. И. Давыдова, С. С. Кудинов, И. В. Кулишевская и др.). Полученные данные углубляют и конкретизируют знания о самореализации личности как многомерном образовании и вносят существенный вклад в понимание общих и специфических закономерностей субъектной обусловленности самореализации.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Диссертационное исследование посвящено выявлению специфики самореализации ИТ-специалистов во взаимосвязи с их индивидуально-психологическими характеристиками. Данный аспект не представлен в работах как зарубежных, так и отечественных авторов.

Изучение индивидуально-психологических особенностей самореализации ИТ-специалистов позволяет увидеть дополнительный ресурс для организации практической работы по психологическому сопровождению профессиональной деятельности сотрудников сферы ИТ с учетом типологии индивидуальности.

Проведенное теоретическое исследование показало, что до настоящего времени в научном сообществе не сформулирована единая концепция самореализации. Имеют место не только теоретические разночтения концептуального характера, связанные с сущностью самореализации и механизмами ее осуществления, но и касающиеся факторов, обуславливающих эффективность самоосуществления.

Имеются различия в исследовательских подходах и к проблеме профессиональной самореализации, что потребовало уточнения ее определения. Под профессиональной самореализацией мы понимаем объективизацию профессионально-личностного потенциала субъекта при выполнении деятельности, обеспечивающее качество ее выполнения и удовлетворенность процессом и результатом труда.

Настоящее исследование осуществлено в контексте полисистемного подхода, в рамках которого многообразие индивидуально-личностных характеристик рассматривается системно и дает возможность для комплексного анализа исследуемого феномена.

В эмпирическом исследовании определены и охарактеризованы разные типы индивидуальности и в рамках выделенной типологии изучены особенности самореализации ИТ специалистов. Установлено, что существуют

общие и специфические составляющие в выделенных типах индивидуальности.

Так, в зависимости от совокупности доминирующих качеств у субъектов деятельности выделяются интровертированно-уверенный, экстравертированно-активный и экстравертированно-просоциальный типы индивидуальности, обуславливающие специфику деятельности, поведения и межличностного взаимодействия. Ключевой характеристикой интровертированно-уверенного типа выступает интроверсия в сочетании с агрессивным и асертивным копингом, обеспечивающая уверенную модель поведения субъекта деятельности с упором на собственные силы при достижении результата. Экстравертированно-активный тип индивидуальности отличается доминированием экстраверсии и прямой линии поведения с выраженным компонентом эмоциональной нестабильности. Экстравертированно-просоциальный тип индивидуальности образован совокупностью показателей экстраверсии и социально ориентированного копинга, определяющих формирование зависимого поведения. Таким образом, нашла подтверждение гипотеза о том, что в качестве индивидуально-личностных предпосылок самореализации специалистов цифровой сферы выступают эмоционально-поведенческие характеристики в сочетании с определенными копинг-стратегиями.

Определена структурная организация интровертированно-уверенного, экстравертированно-активного и экстравертированно-просоциального типа индивидуальности, что позволило подтвердить гипотезу о том, что избирательная индивидуально-типологическая предрасположенность к специфике самореализации субъектов деятельности обусловлена совокупностью определенных индивидуальных и личностных качеств специалистов цифровой сферы.

Установлено, что наиболее успешно самореализация осуществляется у ИТ-специалистов с интровертированно-уверенным типом индивидуальности. В организационной структуре самоорганизации данного

типа индивидуальности доминируют субъектно-личностные установки, поведенческая усидчивость и интернальный тип саморегуляции. У представителей интровертированно-уверенного типа индивидуальности обнаружены наиболее высокие показатели по всем трем видам самореализации: личностной, социальной и профессиональной, а также по общему уровню самореализации личности. Следовательно, гипотеза, о том, что доминантно выраженные субъектно-личностные установки, интернальная саморегуляция и поведенческая усидчивость выступают триггерами успешности самореализации специалистов цифровой сферы, подтвердилась.

Таким образом, проведенное исследование позволило установить взаимосвязь индивидуально-личностного профиля и самореализации ИТ-специалистов, которая выступает индикатором для развития индивидуально-личностных качеств, обеспечивающих успешность самовыражения субъектов в профессиональном пространстве. Это дает возможность избирательно, с учетом доминирования того или иного набора индивидуально-личностных характеристик, разрабатывать и осуществлять оптимизирующие программы для психологического сопровождения ИТ-специалистов с целью нивелирования затруднений и барьеров, блокирующих процесс успешного самоосуществления.

Результаты, полученные в ходе теоретико-эмпирического исследования, представляют ценность в контексте преподавания психологических дисциплин. Систематизированный теоретический материал и результаты эмпирического исследования могут успешно использоваться в учебных целях при разработке специальных курсов, а также при подготовке и проведении лекционных и практических занятий по общей психологии и психологии личности.

Всесторонний анализ индивидуального своеобразия самореализации ИТ-специалистов позволил дополнить и обогатить представление о проблеме самореализации субъектов деятельности, разрабатываемой современными исследователями в рамках полисистемной концепции. Полученные данные

углубляют и конкретизируют знания о самореализации личности как многомерном образовании и определяют перспективы дальнейших исследований общих и специфических закономерностей субъектной обусловленности самореализации участников профессиональной деятельности.

**СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Абульханова-Славская, К. А. Стратегия жизни / К. А. Абульханова-Славская. – М., 1991. – 299 с.
2. Абульханова-Славская, К. А. Общие подходы к изучению личности / К. А. Абульханова-Славская, А. Н. Славская, Е. А. Леванова, Т. В. Пушкарёва // Педагогика и психология образования. – 2018. – № 4. – С. 178–190.
3. Авдеев, Н. П. Индивидуально-типологическая характеристика самореализации личности / Н. П. Авдеев // Вестник Российского университета дружбы народов. – 2012. – № 4. – С. 85–91.
4. Агеева, Н. А. Особенности Интернет-зависимых личностей / Н. А. Агеева // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. – 2007. – № 1. – С. 67–79.
5. Айбазова, С. Р. Роль ценностно-смысловой направленности в динамике самореализации личности: диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук: 19.00.01 / Айбазова Софья Ратмировна. – Москва, 2015. – 239 с.
6. Александрова, Л. Ю. Этапы исследования личности и ее потенциала: сравнительно-исторический обзор / Л. Ю. Александрова // Вестник Марийского государственного университета. – 2024. – № 1 (18). – С. 11–18. DOI: 10.30914/2072-6783-2024-18-1-11-18
7. Ананьев, Б. Г. О проблемах современного человекознания / Б. Г. Ананьев. – М.: Наука, 1977. – 380 с.
8. Аристотель. Метеорологика / Аристотель. – Казань, 1983. – 650 с.
9. Архипочкина, К. В. Взаимосвязь свойств темперамента и самореализации личности: автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Архипочкина Ксения Витальевна. – М., 2015. – 23 с.
10. Афанасенкова, Е. Л. Саморазвитие и самореализация педагогических работников в профессиональной деятельности /

Е. Л. Афанасенкова, Н. Н. Васягина // Педагогическое образование в России. – 2019. – № 2. – С. 10–30. DOI: 10.24412/Fg6S6QWJPPo

11. Бабаева, Ю. Д., Войскунский А. Е. Психологические последствия информатизации / Ю. Д. Бабаева, А. Е. Войскунский // Психологический журнал. – 1998. – № 1. – С. 89–100.

12. Багадирова, С. К. Структурная модель самореализации спортсмена в условиях профессионализации в дзюдо / С. К. Багадирова // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2019. – № 12 (178). – С. 369–374.

13. Базаева, Ф. У. Самореализация как философская, психологическая и педагогическая категория / Ф. У. Базаева // Образование и наука. – 2009. – № 9. – С. 47–54.

14. Байлук, В. В. Сущность самореализации личности и ее структура / В. В. Байлук // Педагогическое образование в России. – 2011. – № 4. – С. 12–17.

15. Балыкина, А. М. Психологические особенности самореализации студентов в информационно-компьютерной деятельности / А. М. Балыкина // European science. – 2019. – №2 (44). – С. 88–92.

16. Батенин, С. С. Человек в его истории / С. С. Батенин. – Л.: Изд-во Ленингр. ун-та, 1976.

17. Батищев, Г. С. Деятельностная сущность человека как философский принцип / Г. С. Батищев // Проблема человека в современной философии. – М.: Наука, 1969. – С. 73–144.

18. Бахтиярова, Л. Н. Профессиональное самоопределение ИТ-специалистов в ВУЗЕ / Л. Н. Бахтиярова // Проблемы современного педагогического образования. – 2020. – № 7. – С. 11–19.

19. Бахтиярова, Л. Н. Профессиональное самоопределение ИТ-специалистов в ВУЗе / Л. Н. Бахтиярова, С. А. Балунова // Проблемы современного педагогического образования. – 2020. – № 66–2. – С. 44–47.

20. Белоусова, С. С. Духовно-нравственное самосознание как основа самореализации личности педагогов: диссертация ... кандидата психологических наук: 19.00.01 / Белоусова Софья Сергеевна. – Москва, 2018. – 173 с.
21. Бережной, Н. М. Проблема человека в трудах К. Маркса / Н. М. Бережной. – М.: Высш. шк., 1981.
22. Бетина, Е. М. Оптимизация процесса самореализации у лиц пожилого возраста / Е. М. Бетина // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2007. – № 3. – С. 187–190.
23. Бурцев, А. О. Исследование самореализации сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации / А. О. Бурцев, Н. В. Ефимкина, С. И. Кудинов, А. И. Позин // Психология и право. – 2021. – № 1 (11). – С. 90–105. DOI: 10.17759/psylaw.2021110108
24. Бьюдженталь, Д. Искусство психотерапевта / Д. Бьюдженталь. – СПб.: Питер, 2001. – 304 с.
25. Вахромов, Е. Е. О динамике концептуальных подходов к феномену самоактуализации / Е. Е. Вахромов // Мир психологии. – 2005. – № 3. – С. 40–52.
26. Владимирова, Ю. В. Изучение психологических особенностей самореализации и профессиональной идентичности действующих психологов образования / Ю. В. Владимирова // Вестник Башкирского университета. – 2015. – № 20 (2). – С. 700–703.
27. Водопьянова, Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.
28. Водянова, Н. В. Самореализация личности в пространстве интернета: философско-антропологический аспект: дис. ... канд. философ. наук / Н. В. Водянова. – М., 2009. – 480 с.
29. Водянова, Н. В. Самореализация личности в пространстве Интернета в контексте коммуникативной антропологии / Н. В. Водянова // Вестник ЧелГУ. – 2009. – № 11. – С. 57–62.

30. Войскунский, А. Е. Исследования Интернета в психологии // Интернет и российское общество / А. Е. Войскунский; под ред. И. Семенова. – М.: Гендальф, 2002. – С. 235–250.
31. Волков, Ю. К. Технонаука, человечество и человек: в поисках формулы сосуществования / Ю. К. Волков // Эпистемология и философия науки. – 2022. – № 1 (59). – С. 211–224. <https://doi.org/10.5840/eps202259115>
32. Газман, О. С. Педагогика свободы: путь в гуманистическую цивилизацию 21 века / О. С. Газман // Классный руководитель. – 2000. – № 3. – С. 6–33.
33. Гегель. Сочинения: в 14 томах / Гегель. – Т. 1 – Москва, Ленинград: Государственное издательство политической литературы, 1929. – 473 с.
34. Гераклит, Э. О природе / Э. Гераклит. – М.: АСТ, 2022.
35. Гордеева, Л. А. Особенности профессиональной самореализации педагогов-музыкантов / Л. А. Гордеева // Вестник магистратуры. – 2017. – № 2–2 (65). – С. 79–83.
36. Горфункель, А. Х. Философия эпохи Возрождения / А. Х. Горфункель. – Ленанд, 2023. – 368 с.
37. Давыдова, Н. И. Особенности самореализации педагогов на разных стадиях эмоционально выгорания: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / Надежда Ивановна Давыдова. – Москва, 2019. – 216 с.
38. Денисова, Е. А. Гендерные особенности самореализации личности студентов: автореф. дис. ... канд. психол. наук / Е. А. Денисова. – Москва, 2010. – 22 с.
39. Дерманова, И. Б. Психологические проблемы самореализации личности / И. Б. Дерманова, Л. А. Коростылева; под ред. А. А. Крылова, Л. А. Коростылевой. – СПб.: Изд-во СПб ун-та, 2007. – 500 с.
40. Дистервег, А. Избранные педагогические сочинения / А. Дистервег. – М.: Учпедгиз, 1956. – 378 с.

41. Дружилов, С. А. Современная информационная среда и экология человека: психологические аспекты / С. А. Дружилов // Гигиена и санитария. – 2018. – № 7 (97). – С. 597–603. <http://dx.doi.org/10.18821/0016-9900-2018-97-7-597-603>
42. Егорычева, И. Д. Генезис самореализации как особого типа деятельности и роль подросткового возраста в ее развитии: автореф. дис. ... д-ра психол. наук / И. Д. Егорычева. – М., 2012. – 25 с.
43. Жабаква, Т. В. Гендерные особенности представлений о самореализации личности у студентов высших учебных заведений / Т. В. Жабаква, А. В. Ворожейкина // Современная высшая школа: инновационный аспект. – 2018. – № 10 (2 (40)). – С. 42–49.
44. Завьялова, М. С. Самореализация личности в условиях организации обучения иностранному языку / М. С. Завьялова // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2017 – № 11 (153). – С. 76–81.
45. Земнухова, Л. В. Информационные технологии как профессиональная среда / Л. В. Земнухова // Социологический журнал. – 2013. – № 4. – С. 49–58. <https://doi.org/10.19181/socjour.2013.4.435>.
46. Зобов, Р. А. Самореализация и социальная компетентность человека / Р. А. Зобов, В. Н. Келасьев // Вестник Санкт-Петербургского университета. Международные отношения. – 2007. – № 3. – С. 107–117.
47. Зыскина, М. А. Геронтообразование как фактор самореализации лиц пожилого возраста / М. А. Зыскина // Педагогическое образование в России. – 2013. – № 2. – С. 36–40.
48. Иванов, М. С. Особенности самореализации личности в компьютерной игровой деятельности: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / М. С. Иванов. – Кемерово, 2005. – 152 с.
49. Иващенко, А. В. Проблемы Я- концепции личности в отечественной психологии / А. В. Иващенко, В. С. Агапов, И. В. Барышникова // Мир психологии. – 2002. – № 2. – С. 17–30.

50. Исаев, А. К. Самореализация личности как проблема социальной философии: автореф. дис. ... канд. филос. наук / А. К. Исаев. – М., 1993. – 16 с.
51. Исхакова, Р. Р. Взаимосвязь качества супружеских отношений с самореализацией мужчин и женщин / Р. Р. Исхакова, Т. Л. Смолина // Вестник магистратуры. – 2018. – № 1-3 (76). – С. 136–137.
52. Кант, И. Избранные сочинения / И. Кант. – М., 2000. – 450 с.
53. Канунников, Р. И. Специфика личностной самореализации сотрудников полиции в профессиональной деятельности / Р. И. Канунников // Вестник по педагогике и психологии Южной Сибири. – 2021. – № 3. – С. 75–83.
54. Катькало, К. Д. Особенности личностно-профессиональной самореализации педагогов-психологов / К. Д. Катькало // Изв. Саратов. ун-та Нов. сер. Сер. Акмеология образования. Психология развития. – 2023. – № 4 (48). – С. 357–372. DOI: 10.18500/2304-9790-2023-12-4-357-372
55. Катькало, К. Д. Теоретическая модель личностно-профессиональной самореализации / К. Д. Катькало, А. А. Печеркина // Вестник Государственного университета просвещения. Серия: Психологические науки. – 2022. – № 2. – С. 6–19. DOI: 10.18384/2310-7235-2022-2-6-19
56. Катькало, К. Д. Типы личностно-профессиональной самореализации студентов-психологов / К. Д. Катькало, А. А. Печеркина // Вестник Московского городского педагогического университета. Серия: Педагогика и психология – 2023 – № 4 (16) – С. 186–206. DOI: 10.25688/2076-9121.2022.16.4.11
57. Кленов, Л. А. К анализу сущности культуры как общественного явления / Л. А. Кленов // Культура и всестороннее развитие социалистической личности. – Свердловск: Изд-во Урал. ун-та, 1980. – С. 21–30.

58. Климанова, А. М. Культурологические аспекты самореализации личности в условиях нестабильного социума: дис. ... канд. культурологических наук: 24.00.01 / А. М. Климанова. – Москва, 2005. – 131 с.
59. Ключко, В. Е. Самореализация личности: системный взгляд / В. Е. Ключко, Э. В. Галажинский. – Томск: Издательство Томского университета, 1999. – 154 с.
60. Коменский, Я. А. Избранные педагогические сочинения / Я. А. Коменский; пер. Н. П. Степанов, Д. Н. Корольков, А. А. Красновский. – М.: Юрайт, 2024. – 440 с.
61. Коннова, Н. М. Понятие «самореализация личности»: междисциплинарный анализ / Н. М. Коннова // Известия ВГПУ. – 2021. – № 8 (161) – С. 13–20.
62. Коростылева, Л. А. Проблемы самореализации личности в системе наук о человеке / Л. А. Коростылева // Психологические проблемы самореализации личности. – СПб., 1997. – С. 3–19.
63. Коростылева, Л. А. Психология самореализации личности: основные сферы жизнедеятельности: дис. ... д-ра психол. наук / Л. А. Коростылева. – СПб., 2001.
64. Костакова, И. В. Психологическая основа профессиональной самореализации личности / И. В. Костакова, С. С. Белоусова (Григорьева) // Национальный психологический журнал. – 2014. – № 3 (15). – С. 84-89. DOI: 10.11621/npj.2014.0310
65. Костакова, И. В. Роль общительности в самореализации личности студентов-будущих психологов: дис. ... канд. психол. наук / И. В. Костакова. – Самара, 2008 – 186 с.
66. Крупнов, А. И. К вопросу о классификации свойств личности и черт характера / А. И. Крупнов // Личность в межкультурном пространстве: материалы межвузовской научной конференции. – М.: РУДН, 2005. – С. 159–163.

67. Крупнов, А. И. Психологическая структура образований и свойств личности / А. И. Крупнов // Индивидуальные различия и проблема индивидуальности: материалы Международной научно-практической конференции. – Ч. 2. М.: Уникум-Центр. – 2004. – С. 3–5.

68. Крупнов, А. И. Системно-диспозиционный подход к изучению личности и ее свойств / А. И. Крупнов // Вестник Российского университета дружбы народов. – 2006. – № 1 (3). – С. 63–74.

69. Крылова, Н. Г. Педагогические условия самореализации подростка в деятельности сельского учреждения дополнительного образования: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Н. Г. Крылова. – Кострома, 1999. – 21 с.

70. Крылова, Н. Г. Юность в зеркале самореализации / Н. Г. Крылова, С. А. Хазова // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2009. – № 15 (5). – С. 126–131.

71. Ксенофонтов, В. И. Целостный подход к человеку. Рец. на учебник: Зобов Р. А., Келасьев В. Н. Человечествознание: самореализация человека. – СПб.: Изд-во СПбГУ, 2008. 461 с. / В. И. Ксенофонтов // Вестник Санкт-Петербургского университета. Социология. – 2010. – № 3. – С. 395–398.

72. Кудинов, С. И. Психологический анализ самореализации китайцев в разные возрастные периоды / С. И. Кудинов // Педагогическое образование и наука. Научно-методический журнал. – 2011. – № 7. – С. 45–50.

73. Кудинов, С. И. Психология любознательности: Теоретические и прикладные аспекты: монография / С. И. Кудинов. – Бийск: НИЦ, БиГПИ, 1999. – 273 с.

74. Кудинов, С. И. Полисистемный подход исследования самореализации личности / С. И. Кудинов // Сибирский педагогический журнал. – 2007. – С. 337–346.

75. Кудинов, С. И. Экспериментально-теоретические аспекты исследования базовых свойств личности / С. И. Кудинов // Личностное развитие специалиста в условиях вузовского обучения: материалы Всероссийской научно-практической конференции. – Тольятти, ТГУ, 2005. – С. 95–98.

76. Кудинов, С. И. Индивидуально-психологические предпосылки самореализации личности специалистов информационных технологий / С. И. Кудинов, Е. Н. Беляева // Изв. Саратов. ун-та Нов. сер. Сер. Акмеология образования. Психология развития. – 2023. – № 3 (47) – С. 215–226. DOI: 10.18500/2304-9790-2023-12-3-215-226.

77. Кудинов, С. И. Особенности самореализации педагогов с разным стажем профессиональной деятельности / С. И. Кудинов, Н. И. Давыдова, С. С. Кудинов // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. – 2018. – № 15 (3). – С. 271–286.

78. Кудинов, С. И. Психологические основы самореализации карьерных ориентаций российских и сербских студентов / С. И. Кудинов, Н. М. Имомбердиева, Д. Эрназарова // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия: Познание. – 2019. – № 6 (93). – С. 61–68.

79. Кудинов, С. И. Системная модель самореализации личности / С. И. Кудинов, А. И. Крупнов // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. – 2008. – № 1. – С. 28–36.

80. Кудинов, С. И. Психодиагностика личности: учебное пособие / С. И. Кудинов, С. С. Кудинов. – М.: РУДН, 2018. – 232 с.

81. Кудинов, С. И. Ответственность как предпосылка профессиональной самореализации сотрудников судебной системы / С. И. Кудинов, С. С. Кудинов, А. О. Бурцев // Прикладная юридическая психология. – 2023. – № 2 (63). – С. 39–51.

82. Кудинов, С. И. Системный подход в исследовании самореализации личности / С. И. Кудинов, С. С. Кудинов, И. Б. Кудинова // Российский научный журнал. – 2015. – № 2 (45). – С. 138–143.

83. Кудинов, С. И. Роль профессиональной идентичности в самореализации психологов-педагогов / С. И. Кудинов, Ю. В. Владимирова // Вестник РУДН. Серия: Психология и педагогика. – 2015. – № 3. – С. 30–38.

84. Кудинов, С. И. Особенности самореализации студентов с разными типами стратегий поведения / С. И. Кудинов, И. В. Кулишевская // Психолого-педагогический поиск. – 2019. – № 2 (50). – С. 62–70.

85. Кудинов, С. И. Перспективы исследования интернет-пространства как сферы развития и самореализации личности / С. И. Кудинов, О. Б. Михайлова // Вестник МНЭПУ. – 2019. – № S1. – С. 321–323.

86. Кудинов, С. И. Специфика самореализации подростков с музыкальным типом одарённости / С. И. Кудинов, З. Р. Хайрова, О. Б. Михайлова, С. С. Кудинов, И. Б. Кудинова // Проблемы музыкальной науки / Music Scholarship. – 2020. – № 3. – С. 192–203. DOI: 10.33779/2587-6341.2020.3.192-203.

87. Кудинов, С. С. Общительность как условие успешности самореализации личности / С. С. Кудинов // Дизайн и технологии. – 2014 – № 43 (85) – С. 100–106.

88. Кудинов, С. С. Особенности самореализации студентов с разными уровнями проявления настойчивости / С. С. Кудинов, Н. П. Авдеев // Изв. Саратов. ун-та Нов. сер. Сер. Акмеология образования. Психология развития. – 2016. – № 1. – С. 65–70.

89. Кудинов, С. С. Самореализация личности с ограниченными возможностями здоровья в сетевом образовательном пространстве / С. С. Кудинов, С. И. Кудинов // Новая психология профессионального труда педагога: от нестабильной реальности к устойчивому развитию. – 2021. – № 1. – С. 49–53. DOI:10.24412/cl-36422-2021-1-49-53

90. Кудинова, И. Б. Взаимосвязь духовно-нравственного самосознания и самореализации личности в период взрослости / И. Б. Кудинова, С. С. Белоусова // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. – 2017. – № 14 (1). – С. 38–51.

91. Кулагина, И. В. Влияние творческой самореализации на социально-психологическую адаптацию студентов: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / И. В. Кулагина. – М., 2011. – 23 с.

92. Кулагина, И. В. Исследование особенностей самореализации личности в среднем возрасте / И. В. Кулагина // Концепт. 2020. – № 3. – С. 101–107. DOI: 10.24411/2304-120X-2020-12009

93. Кулишевская, И. В. Стратегии поведения как условие самореализации личности сотрудников ФСИН РФ: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / Ирина Валерьевна Кулишевская. – М., 2021. – 225 с.

94. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – М., 1977. – 320 с.

95. Леонтьев, Д. А. Самоактуализация как движущая сила личностного развития: историко-критический анализ / Д. А. Леонтьев. – М.: Смысл, 2002. – С. 13–46.

96. Леонтьев, Д. А. Самореализация и сущностные силы человека / Д. А. Леонтьев // Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии / под ред. Д. А. Леонтьева, В. Г. Щур. – М., 1997. – С. 18.

97. Локк, Дж. Сочинения: в 3 томах / Дж. Локк. – М.: Мысль, 1985/1985/1988. – 621 с.

98. Лопачева, К. М. Самореализация школьников-подростков в ценностно-ориентированной досуговой среде образовательной организации / К. М. Лопачева, Г. А. Романова, И. В. Штанько // Проблемы современного педагогического образования. – 2018. – № 59 (2). – С. 178–180.

99. Маслоу, А. Новые рубежи человеческой природы / А. Маслоу. – М.: Смысл, 1999. – 425 с.
100. Машляковская, А. В. Педагогические условия саморазвития подростка в детском коллективе: дис. ... канд. пед. наук / А. В. Машляковская. – М., 2009. – 246 с.
101. Михеева, И. В. Траектории самореализации молодых женщин / И. В. Михеева, Ю. В. Шведенко // Система ценностей современного общества. – 2014. – № 37. – С. 104–114.
102. Морозова, И. С. Структурные компоненты самореализации личности / И. С. Морозова, Е. В. Киенко // Вектор науки ТГУ. – 2011. – № 3. – С. 207–209.
103. Насейкина, Л. Ф. Структурно–функциональная модель формирования профессиональной компетентности будущих IT-специалистов / И. С. Морозова, Е. В. Киенко // Вестник Оренбургского государственного университета. – 2015. – № 2 (177). – С. 118.
104. Небрятенко, Г. Г. Четвертая промышленная революция как предмет социальной философии: критический анализ / Г. Г. Небрятенко, А. Н. Бурлуцкий // Философия права. – 2020. – № 1 (92). – С. 116–121.
105. Никашина, Н. А. Проблема самореализации личности от античности до наших дней / Н. А. Никашина // Вектор науки ТГУ. – 2011. – № 4. – С. 207–210.
106. Обухова, Ю. В. Особенности социальной самореализации подростков – участников социально значимых проектов / Ю. В. Обухова, В. Е. Шабалина // Северо-Кавказский психологический вестник. – 2021. – № 19 (1). – С. 44–60.
107. Опекина, Т. П. Теоретический анализ понятий самореализации, самоактуализации и самоэффективности / Т. П. Опекина, Н. С. Шипова // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2021. – № 27 (2). – С. 7–15.

108. Павлова, Н. Д. Разработка подхода к типологии сетевых сообществ на основе дискурсивных признаков коллективной субъектности / Н. Д. Павлова, А. Н. Воронин, Т. А. Гребенщикова, Т. А. Кубрак // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. – 2019. – Т. 16, № 3. – С. 341–358. <https://doi.org/10.22363/2313-1683-2019-16-3-341-358>

109. Павловская, О. В. Компьютерное творчество в процессе становления информационного общества: дисс. ... канд. филос. наук: 09.00.01 / О. В. Павловская. – Тюмень, 2006. – 165 с.

110. Панкратова, В. В. Системный подход к изучению самореализации личности / В. В. Панкратова // Современные проблемы науки и образования. – 2013. – № 5. – [Электронный ресурс] URL: <http://www.science-education.ru/111-10295> (дата обращения: 15.10.2022 г.).

111. Пантелеева, О. Л. Взаимосвязь компонентов самореализации и самоактуализации студентов / О. Л. Пантелеева // Акмеология. – 2019. – № 1 (69). – С. 15–21.

112. Патрикеева, Э. Г. Возможности образовательной системы ВУЗа в формировании психологической готовности студентов – будущих психологов к профессиональной самореализации на завершающем этапе обучения / Э. Г. Патрикеева, Т. В. Калинина // Концепт. – 2021. – № 9. – С. 35–48. DOI: 10.24412/2304-120X-2021-11060

113. Пермяков, В. В. Понятие всестороннего и гармонического развития личности / В. В. Пермяков // Культура и всестороннее развитие социалистической личности. – Свердловск: Изд-во Урал. ун-та, 1980. – С. 46–62.

114. Песталоцци, И. Г. Избранные педагогические сочинения: в 2 томах / И. Г. Песталоцци. – М.: Педагогика, 1981. – 560 с.

115. Печеркина, А. А. Личностно-профессиональная самореализация: анализ исследований отечественных и зарубежных авторов /

А. А. Печеркина, К. Д. Катъкало // Педагогическое образование в России. – 2021. – № 1. – С. 88–95. [https://doi.org/10.12345/2079-8717\\_2021\\_01\\_11](https://doi.org/10.12345/2079-8717_2021_01_11)

116. Печерская, А. А. Психолого-акмеологические аспекты профессиональной самореализации женщин / А. А. Печерская // Проблемы современного педагогического образования. – 2019. – № 63–1. – С. 457–460.

117. Плоткина, Л. Н. Профессионально-личностное становление ИТ–специалистов: психолого-педагогический аспект / Л. Н. Плоткина // Казанский педагогический журнал. – 2011. – № 7. – С. 10–11.

118. Плотникова, Е. С. Взаимосвязь самореализации и самоэффективности студентов ВУЗа / Е. С. Плотникова // Вестник Приамурского государственного университета им. Шолом-Алейхема. – 2021. – № 4 (53). – С. 66–76. DOI: 10.24412/2227-1384-2023-453-66-76

119. Плотникова Е. С. Развитие самодетерминации студентов как психологического ресурса самореализации в процессе обучения в вузе / Е. С. Плотникова, Т. В. Борзова // Психолог. – 2023. – № 6. – С. 16–33. DOI: 10.25136/2409-8701.2023.6.69234

120. Позин, А. И. Взаимосвязь самореализации и профессиональной деформации личности сотрудников правоохранительных органов: дис. ... канд. психол. наук: 5.3.1 / Александр Ильич Позин. – М., 2022. – 178 с.

121. Прядеин, В. П. Ответственность как системное качество личности / В. П. Прядеин. – Екатеринбург: УГПУ, 2001.

122. Роджерс, К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Роджерс. – М.: Прогресс, 1994. – С. 153–171.

123. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2004. – 678 с.

124. Рубинштейн, С. Л. Проблемы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – М.: Педагогика, 1973. – 680 с.

125. Рубинштейн, С. Л. Человек и мир / С. Л. Рубинштейн. – М.: Наука, 1997. – 190 с.

126. Руссо, Ж.-Ж. Сочинения / Ж.-Ж. Руссо. – М., 1980. – 680 с.

127. Сартр, Ж.-П. Бытие и ничто: опыт феноменологической онтологии / Ж.-П. Сартр. – М.: Республика, 2000. – 450 с.

128. Сергиенко, А. С. Стратегия поведения сотрудников органов внутренних дел как условие самореализации / А. С. Сергиенко // Психология и педагогика служебной деятельности. – 2024. – № 1. – С. 31–33. DOI: 10.24412/2658-638X-2024-1-31-33

129. Сериков, В. В. Образование и личность. Теория и практика проектирования педагогических систем / В. В. Сериков. – М., 2015. – 272 с.

130. Складорова, Т. В. Специфика подготовки кадров высшей квалификации в аспирантуре с применением средств информационно-коммуникационных технологий в России и за рубежом / Т. В. Складорова, В. С. Малышев // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. – 2021. – Т. 18, № 1. – С. 153–173. <https://doi.org/10.22363/2313-1683-2021-18-1-153-173>

131. Скрипкина, А. В. Факторы профессиональной самореализации личности в условиях мультимедийной образовательной среды высшей школы / А. В., Скрипкина Н. Р. Туравец, Е. Н. Щеголихин // Проблемы современного педагогического образования. – 2018. – № 60 (3). – С. 302–305.

132. Словарь по философии и психологии. – М., 1902. – С. 126

133. Собчик, Л. Н. Индивидуально-типологический опросник: практическое руководство к традиционному и компьютерному вариантам теста / Л. Н. Собчик. – М.: Боргес, 2010. – 60 с.

134. Сощенко, И. Г. Образ человека в социокультурном пространстве информационного общества: дисс. ... канд. филос. наук: 0900.13 / И. Г. Сощенко. – Ставрополь, 2007. – 157 с.

135. Тюнников, Ю. С. Преподаватель и студент: сценарии взаимодействия / Ю. С. Тюнников, М. Мазниченко // Высшее образование в России. – 2004. – № 12. – С. 97–108.

136. Уляева, Л. Г. Типы самореализации личности в спорте / Л. Г. Уляева, Т. Д. Дубовицкая, А. В. Шашков // Теория и практика физической культуры. – 2021. – № 4. – С. 77–77.

137. Фимин, А. Ю. Социально-философский анализ виртуальной реальности: дис. ... канд. филос. наук: 09.00.11 / А. Ю. Фимин. – Волгоград, 2007. – 122 с.

138. Фихте, И. Г. Сочинения: в 2 томах / И. Г. Фихте; сост. и прим. В. Волжского. – СПб.: Мифрил, 1993. – 687 с.

139. Фромм, Э. Анатомия человеческой деструктивности / Э. Фромм. – М.: Академия, 2004. – 447 с.

140. Хайрова, З. Р. Особенности самореализации подростков с художественной одаренностью / З. Р. Хайрова // Актуальные проблемы развития личности в условиях современных реалий: сборник материалов III Международной научно-практической конференции. – Ереван, 2022. – С. 723–731.

141. Хайрова, З. Р. Психологические особенности самореализации одаренных подростков: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / Зульфия Рафиковна Хайрова. – М., 2020. – 221 с.

142. Хаммад Суад Мухаммад. Жизнестойкость как основа самореализации личности в трудных жизненных ситуациях (на примере палестинских беженцев): дис. ... канд. психол. наук / Хаммад Суад Мухаммад. – М., 2016. – 236 с.

143. Царенова, Л. А. Самореализация личности как предмет философского исследования: автореф. дис. ... канд. философ. наук / Л. А. Царенова. – М., 1992. – 19 с.

144. Чжан, П. Х. Национально психологические особенности самореализации личности российских и китайских студентов: дис. ... канд. психол. наук / П. Х. Чжан. – М., 2015. – 209 с.

145. Чигинцева, О. Н. Модель процесса самореализации личности взрослого в художественной деятельности / О. Н. Чигинцева // Педагогическое образование в России. – 2018. – № 10. – С. 54–60.

146. Шамионов, Р. М. Соотношение приверженности молодежи к социальной активности в интернете и физическом пространстве / Р. М., Шамионов Н. В. Суздальцев // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. – 2022. – Т. 19, № 1. – С. 21–38. <https://doi.org/10.22363/2313-1683-2022-19-1-21-38>

147. Шаронин, Ю. В. Психологические основы выбора профессии в течение всей жизни / Ю. В. Шаронин // Вестник РМАТ. – 2022. – № 7. – С. 23.

148. Шипова, Н. С. Анализ сфер самореализации подростков с нарушениями развития / Н. С. Шипова // Смоленский медицинский альманах. – 2021. – № 4. – С. 220–223.

149. Шмелев, А. Г. Психодиагностика личностных черт / А. Г. Шмелев. – СПб.: Речь, 2002. – 480 с.

150. Шогорева, Е. Ю. Мотивационно-ценностные ориентации как предпосылки самореализации в профессиональной деятельности / Е. Ю. Шогорева // Вестник Московского государственного лингвистического университета. Образование и педагогические науки. – 2021. – № 3 (840). – С. 247–260.

151. Южанинова, Е. Р. Интернет-коммуникация как способ самореализации личности / Е. Р. Южанинова // Теория и практика общественного развития. – 2013. – № 6. – С. 12–19.

152. Amani, M. The relationship of self-efficacy and money attitudes with mental health: Mediation through Maslow's hierarchy of needs / M. Amani, M. J. Shabahang // International Journal of Culture and Mental Health. – 2017. – Vol. 10, no. 3. – P. 310–319. <https://doi.org/10.1080/17542863.2017.1314517>

153. Aziz, M. The interplay between adolescents' Internet addiction and family-related factors: Three common patterns / M. Aziz, A. Erbad,

S. B. Belhaouari, A. Abdelmoneium, S. Al-Harashsheh, A. Bagdady, Ali R. // *International Journal of Adolescence and Youth*. – 2022. – Vol. 27, no. 1. – P. 418–431. <https://doi.org/10.1080/02673843.2022.2115307>

154. Belyaeva, E. Features of self-realization of it students during the period of vocational training / E. Belyaeva, O. Kozlova // *INTED2022 Proceedings*. – P. 6229–6233. – DOI: 10.21125/inted.2022.1584

155. Byyudzhental, J. *The art of the psychotherapist* / J. Byyudzhental. – New York, 1987.

156. Cetinkaya, Senay. Examining the relation between self-realization and burnout levels of nurses // Senay Cetinkaya, N. Ecem Oksal Gunes // *Medicine*. – October 07, 2022. – Vol. 101, no. 40. – p e30592. DOI: 10.1097/MD.00000000000030592

157. Crysdiان, C. The evaluation of higher education policy to drive university entrepreneurial activities in information technology learning / C. Crysdiان // *Cogent Education*. – 2022. – Vol. 9, no. 1. – 2104012. <https://doi.org/10.1080/2331186X.2022.2104012>

158. Flaminiano, J. P. Information technology as a catalyst to the effects of education on labor productivity / J. P. Flaminiano, J. P. Francisco, S. Th. Alcantara // *Information Technology for Development*. – 2022. – Vol. 28, no. 4. – P. 797–815. <https://doi.org/10.1080/02681102.2021.2008851>

159. Goldstein K. *The Structure of Organisme* / K. Goldstein. – New York, 1934.

160. Krems, J. A. Individual Perceptions of Self-Actualization: What Functional Motives Are Linked to Fulfilling One's Full Potential? / J. A. Krems, D. T. Kenrick, R. Neel // *Personality and Social Psychology Bulletin*. – 2017. – Vol. 9, no. 43. – P. 1337–1352. DOI:10.1177/0146167217713191

161. Kudinov S. I. The relation between professional self-realisation and mental health of pedagogues during the period of distance learning / S. I. Kudinov, S. Kudinov, S. Kudinova, O. Mikhailova, V. A. Vikhter // *INTED 2022 Proceedings*. – 2022. – P. 1947–1953.

162. Lippke, S. To what extent is internet activity predictive of psychological well-being? / S. Lippke, A. Dahmen, L. Gao, E. Guza, C. Nigg // *Psychology Research and Behavior Management*. – 2021. – No. 14. – P. 207–219. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S274502>

163. Lyvers, M. Alexithymia, impulsivity and negative mood in relation to internet addiction symptoms in female university students / M. Lyvers, C. Senturk, F.A. Thorberg // *Australian Journal of Psychology*. – 2021. – Vol. 73, no. 4. – P. 548–556. <https://doi.org/10.1080/00049530.2021.1942985>

164. Martela, F. Significant work is about self-realization and broader purpose: Defining the key dimensions of meaningful work / F. Martela, A. B. Pessi // *Frontiers in Psychology*. – 2018. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00363>

165. Maslow, A. H. Notes on Being-psychology / A. H. Maslow // Sutich A. J., Vich M. A. (eds). *Readings in humanistic psychology*. – N.Y.: Free Press, 1969. – P. 51–80.

166. Rogers, C. R. The necessary and sufficient conditions of therapeutic change / C. R. Rogers // *J. of consulting Psychology*. – 1957. – Vol. 21. – P. 95–103.

167. Schehl, B. Understanding differentiated Internet use in older adults: A study of informational, social, and instrumental online activities / B. Schehl, J. Leukel, V. Sugumaran // *Computers in Human Behavior*. – 2019. – Vol. 97. – P. 222–230. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.03.031>

168. Tripathi A. Examining the effects of supportive work environment and organisational learning culture on organisational performance in information technology companies: The mediating role of learning agility and organisational innovation / A. Tripathi, P. Kalia // *Innovation*. – 2022. <https://doi.org/10.1080/14479338.2022.2116640>

169. Vijh, G. Effect of competency on employee performance and the mediating role of commitment: An empirical investigation in the IT industry / G. Vijh, R. Sharma, S. Agrawal // *Journal of Information*

and Optimization Sciences. – 2022. – Vol. 43, no. 7. – P. 1573–1587.  
<https://doi.org/10.1080/02522667.2022.2128518>

170. Wang F. School burnout and mind wandering among adolescents: The mediating roles of internet addiction and the moderating role of resilience / F. Wang // *The Journal of Genetic Psychology*. – 2023. – Vol. 16, no. 1. – P. 356–371. <https://doi.org/10.1080/00221325.2023.2209127>

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение 1

Сравнительный анализ индивидуально-психологических характеристик  
ИТ-специалистов с интровертированно-уверенным и экстравертированно-  
активным типом индивидуальности

	Среднее		U- критерий	p- уровень
	Интровертированно- уверенный тип	Экстравертированно- активный тип		
Экстраверсия	3,559	4,636	1003,500	0,046
Спонтанность	2,339	2,750	320,000	0,074
Стеничность	4,864	5,136	1163,500	0,359
Ригидность	4,237	4,205	365,500	0,106
Интроверсия	3,966	2,568	755,000	0,000
Сензитивность	3,356	4,068	405,500	0,293
Тревожность	5,186	5,500	374,500	0,130
Лабильность	4,237	4,409	425,500	0,434
ЕРІ	11,576	15,500	586,500	0,000
Ассертивные действия	19,746	19,295	1132,000	0,380
Вступление в контакт	22,475	22,795	1239,000	0,693
Поиск социальной поддержки	21,712	22,773	1137,500	0,283
Осторожные действия	21,763	22,182	734,500	0,733
Импульсивные действия	17,729	18,023	422,000	0,409
Избегание	17,831	15,818	957,500	0,230
Непрямые действия	19,000	15,864	652,500	0,000
Асоциальные действия	15,136	11,159	470,000	0,000
Агрессивные действия	19,949	14,386	406,500	0,000
Индекс конструктивности	1,237	1,618	396,500	0,000

Сравнительный анализ индивидуально-психологических характеристик  
ИТ-специалистов с интровертированно-уверенным и экстравертированно-  
просоциальным типом индивидуальности

	Среднее		U- критерий	p- уровень
	Интровертированно- уверенный тип	Экстравертированно- просоциальный тип		
Экстраверсия	3,559	5,059	1026,000	0,003
Спонтанность	2,339	2,765	461,000	0,788
Стеничность	4,864	4,353	1231,500	0,095
Ригидность	4,237	3,765	422,000	0,409
Интроверсия	3,966	2,353	883,000	0,000
Сензитивность	3,356	3,941	402,000	0,259
Тревожность	5,186	5,353	397,500	0,200
Лабильность	4,237	3,941	473,500	0,927
ЕРІ	11,576	16,353	483,000	0,000
Ассертивные действия	19,746	19,647	1082,500	0,256
Вступление в контакт	22,475	26,000	657,000	0,000
Поиск социальной поддержки	21,712	23,765	1047,000	0,006
Осторожные действия	21,763	22,647	889,500	0,472
Импульсивные действия	17,729	17,882	736,000	0,341
Избегание	17,831	18,706	1317,000	0,259
Непрямые действия	19,000	23,647	390,000	0,000
Асоциальные действия	15,136	20,353	388,500	0,000
Агрессивные действия	19,949	16,235	690,000	0,000
Индекс конструктивности	1,237	1,264	1276,500	0,171

Сравнительный анализ индивидуально-психологических характеристик  
ИТ-специалистов с экстравертированно-активным и экстравертированно-  
просоциальным типом индивидуальности

	Среднее		U- критерий	p- уровень
	Экстравертированно- активный тип	Экстравертированно- просоциальный тип		
Экстраверсия	4,636	5,059	979,500	0,266
Спонтанность	2,750	2,765	364,500	0,102
Стеничность	5,136	4,353	741,000	0,003
Ригидность	4,205	3,765	433,000	0,508
Интроверсия	2,568	2,353	1014,000	0,406
Сензитивность	4,068	3,941	473,500	0,927
Тревожность	5,500	5,353	388,000	0,184
Лабильность	4,409	3,941	492,000	0,368
ЕРІ	15,500	16,353	970,500	0,255
Ассертивные действия	19,295	19,647	955,000	0,210
Вступление в контакт	22,795	26,000	558,000	0,000
Поиск социальной поддержки	22,773	23,765	936,000	0,163
Осторожные действия	22,182	22,647	1009,500	0,399
Импульсивные действия	18,023	17,882	1114,500	0,955
Избегание	15,818	18,706	694,500	0,000
Непрямые действия	15,864	23,647	63,000	0,000
Асоциальные действия	11,159	20,353	30,000	0,000
Агрессивные действия	14,386	16,235	841,500	0,350
Индекс конструктивности	1,618	1,264	298,500	0,000

**Методика «Индивидуально-типологический опросник ИТО»****(Л. Н. Собчик)**

**Инструкция.** Прочитав каждое утверждение, решите, верно ли оно по отношению к вам, согласны ли вы с ним. Если вы согласны с утверждением, поставьте рядом с его номером знак + (да), если нет знак – (нет)».

1. Я постараюсь отнестись к исследованию ответственно и быть максимально искренним (искренней).
2. У меня очень сложный и трудный для окружающих характер.
3. Я лучше справляюсь с работой в тиши и одиночестве, чем в присутствии многих людей или в шумном месте.
4. Решая серьезные проблемы, я, как правило, обхожусь без посторонней помощи.
5. Я очень редко заговариваю первым (первой) с незнакомыми людьми.
6. Для меня важно, что подумают другие о моих высказываниях и поступках.
7. Если будет нужно, я разрушу все преграды на пути к достижению цели.
8. Я часто тревожусь по пустякам.
9. В моих неудачах виноваты определенные люди.
10. Для меня важно иметь общее мнение с теми людьми, с которыми я обычно общаюсь.
11. Меня мало касается все, что случается с другими.
12. Мне интересны яркие, артистичные личности.
13. Мне нет дела до чужих страданий: хватает своих.
14. В шумной компании я чаще всего в роли только наблюдателя.
15. Для меня невыносимо наблюдать страдания других людей.
16. Я - человек абсолютно правдивый и искренний.
17. Все мои беды связаны с собственным неумением ладить с людьми.

18. Меня часто тянет к шумным компаниям.
19. Принимая важное решение, я всегда действую самостоятельно.
20. Мне всегда приятно заводить новых знакомых.
21. Берясь за какое-либо дело, я не стану долго раздумывать, прежде чем начать действовать.
22. Меня раздражают люди, пытающиеся изменить мое мнение, когда я уверен(а) в своей правоте.
23. Я часто волнуюсь за близких мне людей даже без серьезного повода.
24. Я не могу терпеть, когда кто-нибудь меняет заведенный мной порядок.
25. Я умею привлекать к себе внимание окружающих меня людей.
26. В жизни я твердо придерживаюсь определенных принципов.
27. Люблю посещать компании, где можно танцевать или петь.
28. Я чрезвычайно чувствителен (чувствительна) к изменениям в настроении окружающих меня людей.
29. Я могу, не смущаясь, дурачиться в веселой компании.
30. Я спокойно отношусь к тому, что кто-то рядом переживает по поводу своих неприятностей.
31. Я никогда не поступаю как эгоист (эгоистка).
32. Часто бывает так, что из-за меня у окружающих портится настроение.
33. Интересные идеи приходят мне в голову чаще, когда я один (одна), не в присутствии многих людей.
34. Я могу взять на себя ответственность за целую группу людей для пользы дела.
35. Мне трудно преодолеть застенчивость, когда нужно говорить перед группой людей.
36. Мнение старших по возрасту или положению большого значения для меня не имеет.
37. Мне не трудно заставить других людей действовать так, как я считаю нужным.

38. Я так сильно переживаю неудачи, что у меня ухудшается самочувствие.

39. Я всегда бываю упрям(а) в тех случаях, когда уверен(а) в своей правоте.

40. Если в компании я не нахожусь в центре внимания, мне становится скучно и неинтересно.

41. Никто не может навязать мне свое мнение.

42. Мне нравится путешествовать с разными, каждый раз новыми попутчиками.

43. Я могу изменить свое мнение под давлением окружающих.

44. В поезде я с удовольствием провожу время в беседе с соседями по купе.

45. Я никогда не вру.

46. Я никогда не откладываю на завтра то, что следует сделать сегодня.

47. Я вечно ничем недоволен (недовольна).

48. Я люблю одиночество, позволяющее мне сосредоточиться на своих мыслях.

49. Я умею заинтересовать людей и повести их за собой.

50. Мне нравится командовать другими.

51. Я умею дать отпор тем, кто вмешивается в мои дела.

52. Мне бывает неловко за высказывания и поступки моих близких.

53. Мне нередко приходилось в драке защищать свои права.

54. Я испытываю чувство вины (или даже стыда), если меня преследуют неудачи.

55. Мое настроение находится в сильной зависимости от настроения тех, кто меня окружает.

56. Я добиваюсь своего упорством и настойчивостью.

57. Мне часто бывает скучно, когда вокруг все веселятся.

58. Мое грустное настроение легко исправляется, если я смотрю в кино или по телевизору комедийное представление.

59. Ради сохранения добрых отношений я могу отказаться от своих намерений.
60. Я всегда придерживаюсь общепринятых правил поведения.
61. Меня любят все мои друзья.
62. У меня трагичная судьба.
63. У меня много близких друзей.
64. Я-самый несчастный человек на свете.
65. Мне проще надеяться на других, чем брать на себя ответственность, даже если речь идет о моих проблемах.
66. Я стараюсь быть таким (такой) «как все», не выделяться среди других.
67. Я - человек спокойный, уравновешенный.
68. Я могу долго не реагировать на чьи-то шутки, но потом «взорваться» гневной реакцией.
69. Я очень чувствителен (чувствительна) к изменениям погоды.
70. Я не люблю присутствовать на шумных застольях.
71. Я могу проявить безалаберность в делах, а потом понемногу приводить их в порядок.
72. Я люблю ходить в гости.
73. Мне все равно, что обо мне думают окружающие.
74. Я волнуюсь только по поводу очень больших неприятностей.
75. Я никогда не испытываю желания выругаться.
76. Я никого никогда не обманывал(а).
77. Мне никто не нужен, и я не нужен (не нужна) никому.
78. Я - человек застенчивый.
79. Мне ужасно не везет в жизни.
80. Я часто стараюсь следовать советам более авторитетной личности.
81. Я бы очень переживал(а), если бы кого-то задел(а) или обидел(а).
82. Меня ничем не испугать.
83. Я часто пользуюсь чужими советами при решении своих проблем.
84. В своих неудачах я в первую очередь виню самого (саму) себя.

85. Я совершенно не обращаю внимания на свой стиль одежды.
86. Я не стараюсь планировать свое ближайшее будущее и работу.
87. Когда меня зовут в гости, я чаще всего думаю: «Лучше бы мне остаться дома».
88. Я ничего не знаю о личных проблемах окружающих меня людей.
89. Малейшая неудача резко снижает мое настроение.
90. Я никогда не сержусь.
91. Я отвечал(а) на все вопросы очень правдиво.

**Методика «Личностный опросник – ЕРІ» (Г. Айзенк) в адаптации****А. Г. Шмелева**

**Инструкция.** Вам предлагается ответить на 57 вопросов. Вопросы направлены на выявление вашего обычного способа поведения. Постарайтесь представить типичные ситуации и дайте первый «естественный» ответ, который придет вам в голову. Отвечайте быстро и точно. Помните, что нет «хороших» или «плохих» ответов. Если вы согласны с утверждением, поставьте рядом с его номером знак + (да), если нет знак – (нет)».

1. Часто ли вы испытываете тягу к новым впечатлениям, к тому, чтобы отвлечься, испытывать сильные ощущения?
2. Часто ли вы чувствуете, что нуждаетесь в друзьях, которые могут вас понять, ободрить или посочувствовать?
3. Считаете ли вы себя беззаботным человеком?
4. Очень ли трудно вам отказываться от своих намерений?
5. Обдумываете ли вы свои дела не спеша и предпочитаете ли подождать, прежде чем действовать?
6. Всегда ли вы сдерживаете свои обещания, даже если это вам невыгодно?
7. Часто ли у вас бывают спады и подъемы настроения?
8. Быстро ли вы обычно действуете и говорите, не тратите ли много времени на обдумывание?
9. Возникало ли у вас когда-нибудь чувство, что вы несчастны, хотя никакой серьезной причины для этого не было?
10. Верно ли, что на спор вы способны решиться на все?
11. Смущаетесь ли вы, когда хотите познакомиться с человеком противоположного пола, который вам симпатичен?
12. Бывает ли когда-нибудь, что, разозлившись, вы выходите из себя?

13. Часто ли бывает, что вы действуете необдуманно, под влиянием момента?

14. Часто ли вас беспокоят мысли о том, что вам не следовало чего-либо делать или говорить?

15. Предпочитаете ли вы чтение книг встречам с людьми?

16. Верно ли, что вас легко задеть?

17. Любите ли вы часто бывать в компании?

18. Бывают ли иногда у вас такие мысли, которыми вам не хотелось бы делиться с другими людьми?

19. Верно ли, что иногда вы настолько полны энергии, что все горит в руках, а иногда чувствуете сильную вялость?

20. Стараетесь ли вы ограничить круг своих знакомых небольшим числом самых близких друзей?

21. Много ли вы мечтаете?

22. Когда на вас кричат, отвечаете ли вы тем же?

23. Часто ли вас беспокоит чувство вины?

24. Часто ли у вас появляется чувство, что вы в чем-то виноваты?

25. Способны ли вы иногда дать волю своим чувствам и беззаботно развлечься с веселой компанией?

26. Можно ли сказать, что нервы у вас часто бывают натянуты до предела?

27. Слывете ли вы за человека живого и веселого?

28. После того как дело сделано, часто ли вы мысленно возвращаетесь к нему и думаете, что могли бы сделать лучше?

29. Чувствуете ли вы себя беспокойно, находясь в большой компании?

30. Бывает ли, что вы передаете слухи?

31. Бывает ли, что вам не спится из-за того, что в голову лезут разные мысли? 32. Что вы предпочитаете, если хотите узнать что-либо: найти в книге (ответ «Да») или спросить у друзей (ответ «Нет»)?

33. Бывают ли у вас сильные сердцебиения?

34. Нравится ли вам работа, требующая сосредоточения?
35. Бывают ли у вас приступы дрожи?
36. Всегда ли вы говорите только правду?
37. Бывает ли вам неприятно находиться в компании, где все подшучивают друг над другом?
38. Раздражительны ли вы?
39. Нравится ли вам работа, требующая быстрого действия?
40. Верно ли, что вам часто не дают покоя мысли о разных неприятностях и «ужасах», которые могли бы произойти, хотя все кончилось благополучно?
41. Верно ли, что вы неторопливы в движениях и несколько медлительны?
42. Опаздывали ли вы когда-нибудь на работу или на встречу с кем-либо?
43. Часто ли вам снятся кошмары?
44. Верно ли, что вы так любите поговорить, что не упускаете любого удобного случая побеседовать с новым человеком?
45. Беспокоят ли вас какие-нибудь боли?
46. Огорчились бы вы, если бы долго не могли видеться со своими друзьями?
47. Можете ли вы назвать себя нервным человеком?
48. Есть ли среди ваших знакомых такие, которые вам явно не нравятся?
49. Могли бы вы сказать, что вы уверенный в себе человек?
50. Легко ли вас задевает критика ваших недостатков или вашей работы?
51. Трудно ли вам получить настоящее удовольствие от мероприятий, в которых участвует много народа?
52. Беспокоит ли вас чувство, что вы чем-то хуже других?
53. Сумели бы вы внести оживление в скучную компанию?
54. Бывает ли, что вы говорите о вещах, в которых совсем не разбираетесь?

- 55. Беспокоитесь ли вы о своем здоровье?
- 56. Любите ли вы подшутить над другими?
- 57. Страдаете ли вы бессонницей?

**Методика «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций» «SACS»  
(С. Хобфолл) в адаптации Н.Е. Водопьяновой, Е.С. Старченковой**

**Инструкция.** Вам предлагаются 54 утверждения относительно поведения в напряженных (стрессовых) ситуациях. Оцените, как Вы поступаете в данных случаях. Для этого на бланке ответов поставьте цифру от 1 до 5, которая наиболее соответствует вашим действиям: 1 – нет, это совсем не так; 2 – скорее нет, чем да; 3 – затрудняюсь ответить; 4 – скорее да, чем нет; 5 – да, совершенно верно.

1. В любых сложных ситуациях вы не сдаетесь.
2. Объединяетесь вместе с другими людьми, чтобы разрешить ситуацию.
3. Советуетесь с друзьями или близкими о том, что бы они сделали, оказавшись в вашем положении.
4. Вы всегда очень тщательно взвешиваете возможные варианты решений (лучше быть осторожным, чем подвергать себя риску).
5. Вы полагаетесь на свою интуицию.
6. Как правило, Вы откладываете решение возникшей проблемы в надежде, что она разрешится сама.
7. Стараетесь держать все под контролем, хотя и не показываете этого другим.
8. Вы полагаете, что иногда необходимо действовать быстро и решительно, чтобы застать других врасплох.
9. Решая неприятные проблемы, выходите из себя и можете наломать немало дров.
10. Когда кто-либо из близких поступает с Вами несправедливо, Вы пытаетесь, вести себя так, чтобы они почувствовали, что Вы расстроены или обижены.
11. Стараетесь помочь другим при решении ваших общих проблем.

12. Не стесняетесь при необходимости обращаться к другим людям за помощью и поддержкой.

13. Без необходимости не выкладываетесь полностью, предпочитая экономить свои силы.

14. Вы часто удивляетесь, что наиболее правильным является то решение, которое первым пришло в голову.

15. Иногда предпочитаете заняться чем угодно, лишь бы забыть о неприятном деле, которое нужно делать.

16. Для достижения своих целей Вам часто приходится подыгрывать другим или подстраиваться под других людей (несколько кривить душой).

17. В определенных ситуациях Вы ставите свои личные интересы превыше всего, даже если это пойдет во вред другим.

18. Как правило, препятствия для решения Ваших проблем или достижения желаемого сильно выводят Вас из себя, можно сказать, что они просто бесят Вас.

19. Вы считаете, что в сложных ситуациях лучше действовать самому, чем ждать, когда ее будут решать другие.

20. Находясь в трудной ситуации, Вы раздумываете о том, как бы поступили в этом случае другие люди.

21. В трудные минуты для Вас очень важна эмоциональная поддержка близких людей.

22. Считаете, что во всех случаях лучше семь раз отмерить, прежде чем отрезать.

23. Вы часто проигрываете из-за того, что не полагаетесь на свои предчувствия.

24. Вы не тратите свою энергию на разрешение того, что возможно, само по себе рассеется.

25. Позволяете другим людям думать, что они могут повлиять на Вас, но на самом деле Вы – крепкий орешек и никому не позволяете манипулировать собой.

26. Считаете, что полезно демонстрировать свою власть и превосходство для укрепления своего авторитета.

27. Вас можно назвать вспыльчивым человеком.

28. Вам бывает достаточно трудно ответить отказом на чьи-либо требования и просьбы.

29. Вы полагаете, что в критических ситуациях лучше действовать сообща с другими.

30. Вы считаете, что на душе может стать легче, если поделиться с другими своими переживаниями.

31. Ничего не принимаете на веру, так как полагаете, что в любой ситуации могут быть «подводные камни».

32. Ваша интуиция Вас никогда не подводит.

33. В конфликтной ситуации убеждаете себя и других, что проблема не стоит и выеденного яйца.

34. Иногда Вам приходится немного манипулировать людьми (решать свои проблемы, невзирая на интересы других).

35. Бывает очень выгодно поставить другого человека в неловкое и зависимое положение.

36. Вы считаете, что лучше решительно дать отпор тем, кто не согласен с вашим мнением, чем тянуть кота за хвост.

37. Вы легко и спокойно можете защитить себя от несправедливых действий со стороны других, в случае необходимости сказать «нет» в ситуации эмоционального давления.

38. Вы считаете, что общение с другими людьми обогатит Ваш жизненный опыт.

39. Вы полагаете, что поддержка других людей очень помогает Вам в трудных ситуациях.

40. В трудных ситуациях Вы долго готовитесь и предпочитаете сначала успокоиться, а потом уже действовать.

41. В сложных ситуациях лучше следовать первому импульсу, чем долго взвешивать возможные варианты.

42. По возможности избегаете решительных действий, требующих большой напряженности и ответственности за последствия.

43. Для достижения своих заветных целей не грех и немного слукавить.

44. Ищите слабости других людей и используете их со своей выгодой.

45. Грубости и глупости других людей часто приводят Вас в ярость (выводят Вас из себя).

46. Вы испытываете неловкость, когда Вас хвалят и говорят комплименты.

47. Считаете, что совместные усилия с другими, принесут больше пользы в любых ситуациях (при решении любых задач).

48. Вы уверены, что в трудных ситуациях Вы всегда найдете понимание и сочувствие со стороны близких людей.

49. Вы полагаете, что во всех случаях нужно следовать принципу «тише едешь, дальше будешь».

50. Действие под влиянием первого порыва всегда хуже, чем трезвый расчет.

51. В конфликтных ситуациях предпочитаете найти какие-либо важные и неотложные дела, позволяя другим заняться решением проблемы или надеясь, что время все расставит на свои места.

52. Вы полагаете, что хитростью можно добиться порою больше, чем действуя напрямую.

53. Цель оправдывает средства.

54. В значимых и конфликтных ситуациях Вы бываете агрессивны.

**Методика «Многомерный опросник самореализации личности – МОСЛ»  
(С. И. Кудинов, С. С. Кудинов)**

**Инструкция.** Вам предлагается ответить на предложенные утверждения, для того чтобы выявить особенности вашей самореализации в различных сферах жизнедеятельности. На каждое утверждение отвечайте как можно объективнее, выбрав один из шести вариантов ответов: 1 – нет; 2 – чаще нет; 3 – когда как; 4 – чаще да; 5 – да; 6 – однозначно да.

Выбранный вариант ответа занесите в лист для ответов напротив соответствующего вопроса-утверждения.

Помните, что опросник не содержит положительных или отрицательных утверждений, каждое из них может соответствовать вам в большей или меньшей степени.

Отвечайте по возможности быстро и пишите тот ответ, который первый приходит в голову. Благодарим за участие!

1. Цель вашей самореализации – это развитие ваших качеств, способностей.
2. Вам трудно определиться, в какой сфере вы могли бы себя выразить и добиться успеха в чем-либо.
3. Вы всегда пытаетесь на полную катушку проявить себя во всем и везде.
4. Чаще всего вы испытываете трудности с тем, чтобы заняться собой и хоть что-то в себе изменить.
5. Вы испытываете подъем сил, когда развиваете у себя какие-либо позитивные качества.
6. Для вас характерно погружаться в апатию и безразличие, когда приходится работать над собой.

7. Вы абсолютно уверены, что самосовершенствование личности зависит исключительно от самого человека.

8. Вы полагаете, что не надо прилагать никаких усилий над собой, человек и так может достичь духовного совершенства.

9. Ваше стремление к духовному росту побуждается желанием внести вклад в духовно-нравственное развитие других людей.

10. Для вас личностное самосовершенствование связано с потребностью достичь гармонии внутри себя.

11. Самореализация для вас – это постоянный личностный рост, ежедневный труд над собой.

12. Вы считаете, что самореализация обусловлена наследственностью, и поэтому ничто не способно повлиять на ее успешность.

13. Вы уверены, что только высокий уровень духовного, нравственного развития позволяет добиться значительных результатов в освоении окружающего мира.

14. Вам представляется бессмысленным тратить время на собственное совершенство, так как вас окружают посредственные люди.

15. Вы готовы реализовать все свои возможности для достижения совершенства в духовной сфере, однако не знаете, как это сделать.

16. Все стремления изменить в себе что-то наталкиваются на вашу неуверенность.

17. С детского возраста вы целенаправленно ежедневно занимаетесь своим самосовершенствованием.

18. Цель вашей самореализации – это развитие себя как личности.

19. Для вас не имеет никакого значения, в какой сфере можно себя реализовать.

20. Вы постоянно стремитесь изменить себя в лучшую сторону в духовном, личностном и физическом аспектах.

21. Вы с большим трудом добиваетесь незначительных результатов в своем саморазвитии.

22. Вы всегда переживаете радость, если осознаете свое развитие.
23. У вас часто возникает спад настроения, если предстоит заниматься своим самосовершенствованием.
24. Вы считаете, что каждый человек должен ежедневно прилагать максимальные усилия для развития себя как личности.
25. Вы согласны с тем, что исключительно внешние обстоятельства и другие люди полностью определяют нравственное развитие личности.
26. Ваше стремление к постоянному личностному росту побуждается желанием быть полезным людям.
27. Ваше личностное развитие продиктовано только одной целью – добиться успеха в жизни.
28. На ваш взгляд, самореализация – это прежде всего развитие положительных личностных качеств, нравственности и т. д.
29. Самореализация в вашем понимании – это ситуативное проявление активности.
30. Вы думаете, что постоянное личностное развитие способствует достижению успеха в жизни.
31. Вы склонны предполагать, что люди высоконравственные страдают оттого, что их многие не понимают либо надсмехаются и отторгают.
32. Вам представляется, что для полного личностного самосовершенствования не хватает знаний и опыта.
33. Вашей самореализации часто мешает робость.
34. Никогда в жизни вы не испытывали смущения, выступая в незнакомой аудитории.
35. В любых ситуациях вы стремитесь проявить себя в общественно полезной деятельности для решения социальных проблем.
36. Вы практически не проявляете инициативы, чтобы выразить себя в чем-либо.
37. Вы постоянно стремитесь реализовать все свои знания и способности в социально значимых мероприятиях.

38. Вы почти никогда не проявляете интереса к каким-либо общественным акциям, движениям, партиям, организациям.

39. Самое большое удовлетворение вы получаете, когда занимаетесь общественной деятельностью.

40. Вас почти всегда охватывает безразличие и апатия, если приходится участвовать в общественных мероприятиях (волонтерство, митинги, социальные акции и т. д.).

41. Вы легко справляетесь с общественной работой благодаря хорошему самоконтролю.

42. Вам кажется, что общественной деятельностью занимаются профессиональные неудачники, поскольку здесь не нужно прилагать каких-либо усилий над собой.

43. На ваш взгляд, реализация себя в общественной деятельности чаще всего связана с желанием улучшить жизнь другим людям.

44. Вы не против того, чтобы посвятить себя политической либо иной общественной деятельности, поскольку это приносит хорошие дивиденды.

45. Вы уверены, что самовыражение человека в общественной деятельности способствует его всестороннему развитию.

46. Самовыражение в общественной сфере заключается в том, чтобы безукоризненно выполнять все поручения.

47. Полное самовыражение человека в общественной деятельности позволяет обогатиться новыми знаниями и опытом.

48. Вы убеждены, что выражение своих скрытых способностей в общественно полезном деле кроме зависти и злобы у окружающих ничего не вызывает.

49. Вашему самовыражению в социальной сфере препятствует отсутствие опыта и знаний.

50. Вы знаете, как добиться успеха в общественной работе, однако этому мешает ваша скованность.

51. Вы не встретили ни одного человека в жизни, который был бы вам неприятен или неинтересен.

52. Вы целенаправленно проявляете активность для решения социально значимых проблем.

53. Все ваши стремления к самовыражению продиктованы необходимостью и обязательствами.

54. Вы никогда не упускаете возможности поучаствовать в коллективных делах.

55. Больше всего вам лень выполнять общественные поручения.

56. Вы испытываете восторг, если предстоит работа в какой-либо политической партии или общественной благотворительной организации.

57. Самые негативные эмоции у вас возникают тогда, когда вы вынуждены принимать участие в социально значимых мероприятиях.

58. Вы смогли бы добиться больших результатов в какой-либо общественной деятельности, так как всегда полагаетесь только на себя и четко все контролируете.

59. Вы считаете, что общественная деятельность не для вас, так как нужны хорошие организаторские способности, которыми вы не обладаете.

60. Вы считаете, что готовы посвятить себя общественной деятельности, несмотря на то что вам придется принести в жертву свою жизнь на благо других.

61. На ваш взгляд, большинство политиков и общественных деятелей в своей миссии преследуют корыстные цели, не отражающие интересы других людей.

62. Полная отдача себя общественно значимой деятельности, на ваш взгляд, позволяет реализовать весь свой интеллектуальный и личностный резерв.

63. Вы полагаете, в общественной деятельности стремятся выразить себя неудачники в жизни, так как это не имеет никакого отношения к подлинной самореализации личности.

64. Вы считаете, что полная самоотдача в социально полезной деятельности способствует не только успеху и признанию, но и собственному самоутверждению.

65. Общественно полезный труд как форма самовыражения является примитивным и малопривлекательным.

66. Вы готовы заняться общественной деятельностью, однако не знаете, с чего начать.

67. Вы испытываете смущение и тревожность, если приходится проявлять свою активность публично.

68. За всю свою жизнь вы не проронили ни одного нецензурного слова.

69. Вы прилагаете максимум усилий и используете все свои возможности для того, чтобы стать профессионалом высочайшего класса.

70. Ваша самореализация не имеет какой-то определенной направленности и ценности.

71. Вы легко включаетесь в любое дело и максимально проявляете свои профессиональные способности.

72. Вы прилагаете свои знания, в том числе профессиональные, только тогда, когда вас об этом попросят.

73. У вас появляются яркие положительные эмоции, если вы заняты профессиональным совершенствованием.

74. Для вас характерны раздражительность и апатия, когда возникает необходимость получать новые профессиональные знания и умения.

75. Вы уверены, что профессиональное мастерство зависит только от самого человека, а не каких-то внешних обстоятельств.

76. Вы считаете, что достижение высочайшего профессионального мастерства зависит от удачи и других людей.

77. Ваш интерес к профессиональному совершенству обусловлен потребностью быть полезным другим людям, коллективу, своей фирме.

78. Ваше стремление к профессиональной компетентности связано в большей степени с достижением личного морального и материального благополучия.

79. Вы полагаете, что истинная самореализация возможна только в профессиональной сфере, где человек на полную катушку проявляет свои способности.

80. Вам кажется, в профессиональной сфере нет возможности для выражения своего Я.

81. Вы склонны считать, что только выраженная профессиональная самореализация способна обеспечить успех в жизни каждого человека.

82. Вы не видите смысла в том, чтобы постоянно совершенствовать свое профессиональное мастерство, поскольку это остается чаще всего незамеченным и не приносит личного удовлетворения.

83. На ваш взгляд, профессиональная самореализация возможна только в том случае, когда есть большой опыт и знания.

84. Выразить себя полностью в профессиональной сфере вам мешает внутренняя скованность, застенчивость, неумение устанавливать контакты.

85. Вы можете с легкостью убедить любого человека в неверности его суждений.

86. Основная цель самовыражения вашего внутреннего потенциала направлена на то, чтобы стать профи высочайшего класса.

87. Вся ваша деятельность связана с осуществлением мечты – занять руководящее кресло, не важно, где.

88. Вы всегда стараетесь до высокого мастерства довести свои профессиональные навыки и умения.

89. Вы почти никогда не проявляете усилий для профессионального самосовершенствования.

90. Вы с радостью отдаетесь своей профессиональной деятельности и всегда пытаетесь достичь совершенства.

91. При мысли о своей профессии у вас возникает спад настроения.

92. Вы твердо знаете, чего хотите добиться в профессиональной сфере, и прилагаете для этого все усилия.

93. Вам представляется, нет особой необходимости тратить силы и время для повышения профессионализма, так как это не главное в жизни человека.

94. Для вас основным мотивом достижения профессионализма является желание изменить все вокруг себя, внести свой вклад в развитие предприятия, города, страны.

95. На ваш взгляд, максимальное самовыражение в профессиональной деятельности всегда продиктовано карьеризмом.

96. В любой профессии человек может не только выразить, но и развить свои способности, личностно-деловые и нравственные качества.

97. Вы полагаете, что успех в профессиональной сфере никоим образом не связан с самореализацией.

98. Только полная отдача сил в освоении профессиональных задач обеспечивает успех в жизни и карьере.

99. Вы уверены, что профессиональная деятельность не та область, где человек должен и может выразить себя на 100%.

100. Вы считаете, что добиться более высоких результатов в профессиональной компетентности вам мешает неумение четко программировать свою деятельность.

101. Вам представляется, что низкая самооценка препятствует становлению профессиональной компетентности.

102. Вы никогда не завидовали другим людям в чем-либо.