

Что такое локус контроля? Он есть у каждого...

Начнем с того, что за штука – локус контроля. Это психологический фактор, определяющий тип личности по взгляду на причины происходящих в жизни человека событий.

Как он складывается и от чего зависит, мы рассматривать сегодня не будем, сосредоточимся на сути самого понятия. Оно введено в 1960-х гг. Джулианом Бернардом Роттером, американским психологом, в рамках теории социального научения. О ней тоже как таковой не будем пока говорить.

Так или иначе, вслух или про себя, сознательно или неосознанно каждый, когда случается что-то существенное, связывает это либо с собой, либо с окружением, будь то болезнь, важная деловая или личная встреча, присвоение Нобелевской премии или увольнение с работы.

Итак, по Дж.Роттеру, в зависимости от того, на кого и на что человек возлагает ответственность за события в жизни и результаты собственной деятельности, он может быть:

экстерналом – признающим, что сила обстоятельств, внешних условий и фактов сильнее его самого (ах, если бы Аннушка не пролила масло...). Это значит, что доминирует внешний локус-контроль;

интерналом – с приоритетом позиции «все зависит от меня», соответственно – внутренний локус-контроль.

Впрочем, в чистом виде и тот, и другой «в природе отсутствуют», в любом человеке есть оба типа, но в разной пропорции. Как это можно представить? Например, так: если разместить все население земли вдоль условной линии, прочерченной от точки максимальной интернальности до наибольшей экстернальности, то близко к этим крайностям народу будет мало, а основная масса рассредоточится по всей ее протяженности, но подальше от концов отрезка.

Какими же чертами обладают базовые «локус-контрольные» типы?

Это устанавливалось неоднократными экспериментами, а затем проверялось и перепроверялось разными авторами. В результате было определено, что тяготеющие к интернальной модели (признающие собственную ответственность) более успешны в жизни, они обладают большей уверенностью в себе и целеустремленностью, более независимы, уравновешены, контактны и доброжелательны. Им присуща моральная нормативность (следование правилам общества), доверчивость, сердечность, утонченность, развитая сила воли, богатое воображение. При необходимости принятия рискованных решений они незаменимы.

Экстерналы (предпочитающие считать, что события жизни не следуют из их поступков, а происходят из-за сложившихся обстоятельств) в крайнем проявлении – их антиподы: неуверенные, неуравновешенные, подозрительные, беспокойные и даже агрессивные. Они действуют на основе догматизма, авторитарности, в руководстве директивны и привержены негативным санкциям.

Эти типы отличаются друг от друга и по способу поиска информации об окружении. Оказывается, тот, кто ориентирован на интернальный локус контроля (берущие ответственность на себя), больше интересуется сведениями о возможных проблемах здоровья, чаще использует меры предосторожности для его сохранения или поправки. По данным ряда исследований, причины этого проистекают из раннего детского опыта, а именно, из поощрения родителями внимания к правильному питанию, гигиене, профилактике заболеваний и т.д.

Экстерналы чаще имеют проблемы психологического порядка, что в общем-то понятно, но они еще и гораздо сильнее подвержены социальному воздействию, предоставляя возможность активно этим пользоваться интерналам, которым вообще-то нравится управляемое ими самими окружение.

Что это значит? Что между собой эти самые интерналы могут и не ладить, а экстерналами они, случается, и манипулируют. Поэтому, не забывая о том, что «чистых» типов локуса контроля среди людей нет, зададимся вопросом: а как узнать человеку, «сколько в нем какого локуса»...

К чести профессора Дж.Роттера, он не только предложил систематизацию как таковую

Что такое локус контроля

Автор: admin

28.05.2011 13:06 - Обновлено 01.11.2014 10:09

и сформулировал отличительные признаки входящих в нее групп, но и разработал методику определения локус-контроля. У нас в стране она адаптирована в Санкт-Петербургском научно-исследовательском психоневрологическом институте им. В.М.Бехтерева (Бажин Е.Ф., Голынкина Е.А., Эткинд А.М.).

Тест находится здесь, а ключи к нему – здесь.

До скорой встречи!

Автор - **Валентина Пономарева**

[Источник](#)