



УДК 159.923

ХАРАКТЕР ЗВ'ЯЗКУ ЛОКУСУ КОНТРОЛЮ З ВИБОРОМ КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ ОСОБИСТІСТЮ В ПЕРІОД РАННЬОЇ ЗРІЛОСТІ

Лісова Л.І., студентка
факультету психології

Дніпропетровський національний університет імені Олеся Гончара

Коваленко В.В., старший викладач

кафедри соціальної психології і психології управління

Дніпропетровський національний університет імені Олеся Гончара

У статті досліджуються такі інтегральні характеристики особистості, як локус контролю та копінг-поведінка. Практична значущість роботи полягає у виявленні характеру зв'язку між локусом контролю та вибором долаючої поведінки. Результати дослідження можуть бути використані практичними й консультуючими психологами в контексті подолання складних життєвих ситуацій і стресів, які можуть бути вирішені більш ефективно в руслі когнітивного підходу.

Ключові слова: локус контролю, копінг-стратегії поведінки, складна життєва ситуація, когнітивний підхід, особистість.

В статье исследуются такие интегральные характеристики личности, как локус контроля и копинг-поведение. Практическая значимость работы заключается в выявлении характера связи между локусом контроля и выбором преодолевающего поведения. Результаты исследования могут быть использованы практическими и консультирующими психологами в контексте преодоления сложных жизненных ситуаций и стрессов, которые могут быть решены более эффективно в русле когнитивного подхода.

Ключевые слова: локус контроля, копинг-стратегии поведения, сложная жизненная ситуация, когнитивный подход, личность.

Lisova L.I., Kovalenko V.V. CHARACTER OF INTERRELATION BETWEEN LOCUS OF CONTROL AND CHOICE OF COPING BEHAVIOR OF PERSONALITY DURING EARLY ADULTHOOD

This work deals with personality's integral features such as locus of control and coping behavior. The practical value of the work lies in the identifying the character of interrelation between locus of control and choice of coping behavior. The results of the research can be used by professional and counseling psychologists to cope with complicated life situations and stresses, which can be solved more effectively in cognitive approach.

Key words: locus of control, coping-strategies, complicated life situations, cognitive approach, personality.

Постановка проблеми. Психологія особистості в її сучасному вигляді займається вивченням індивіда як суб'єкта соціальних відносин і свідомої діяльності [8]. Проблематикою нашого дослідження було обрано таку інтегральну характеристику особистості, як суб'єктивний контроль (когнітивна орієнтація). Рівень суб'єктивного контролю (локус контролю) особистості пов'язаний з індивідуальною оцінкою власної відповідальності та керуючої ролі щодо різноманітних, часто складних життєвих ситуацій [11]. У разі переживання кризових станів людина демонструє набір копінг-стратегій, долаючої поведінки, яка спрямована на врегулювання небажаних життєвих умов [9; 10]. Соціальна ситуація, у якій живе наше суспільство, обумовлює постійне пришвидшення темпу життя та переживання кризових умов. Такий стан справ робить актуальним дослідження копінг-стратегій поведінки особистості як реакції на зростання емоційного напруження. Вод-

ночас необхідність переосмислення надзвичайно великого обсягу інформації, переживання значної кількості подій вимагає від психіки людини виконувати свої функції майже на межі власних можливостей, залучаючи до активної роботи когнітивну сферу. Сучасний світ щоденно ставить перед особистістю питання про особисту відповідальність за ті чи інші ситуації власного й суспільного життя, що прямо пов'язується з питанням локусу контролю як рівня суб'єктивного контролю особистості. Тенденції щодо розвитку нашого суспільства дають можливість упевнено прогнозувати більш інтенсивний і насичений стиль життя в майбутньому, тому актуальність вивчення копінг-стратегій із локусом контролю особистості є значною нині та лише зростатиме в подальшому. Категорії «локус контролю» та «копінг-стратегії поведінки» є відносно новими в термінологічному апараті психології. Тракткування цих понять є надзвичайно різноманітними, іноді супер-

чливими. Тому метою цього дослідження стала як перевірка семантичної наповненості цих понять, так і пошук зв'язку між ними. Нині дуже мало саме емпіричного матеріалу, який дозволив би з упевненістю говорити про наявність зв'язку локусу контролю з вибором копінг-стратегії особистості. Водночас дослідження вибірки в період ранньої зрілості дозволить збагатити теоретичні дані саме щодо цієї категорії досліджуваних, зокрема, розкрити кризу 30 років, яка виокремлюється вченими та становить недостатньо вивчений психологічний простір. Отримані результати доповнюють теоретичну базу науки та створюють перспективи для майбутніх пошуків.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Теоретико-методологічну основу дослідження складають головні теоретичні напрацювання вітчизняних і закордонних учених на тему локусу контролю як когнітивної орієнтації особистості (таких як Г. Джерольд, В. Ільїн, В. Лабунська, Д. Майерс, Ф. Макрго, С. Нартова-Бочавер, Дж. Роттер) та додаткові джерела, які доповнювали й збагачували наявні дані із цієї тематики (їх запропонували Р. Аткинсон, О. Конт, Д. Макклеланд, Р. Мертон, Д. Пісмен) [8]. Новітні погляди щодо розуміння поняття «локус контролю» вносять такі дослідники, як Л. Виноградова, М. Холодна [14]. Вивчення проблематики копінг-стратегій поведінки як способів реагування в складних життєвих ситуаціях проведено в роботах низки видатних науковців, таких як Л. Анциферова, Е. Ейдемільер, Т. Крюкова, Р. Лазарус, А. Лібін, Л. Мерфі, М. Фолькман [1; 8]. На особливу увагу заслуговують розвідки авторів, які розглядали поняття «копінг-стратегії» як пристосування (А. Маслоу), як поведінку в період стресу (С. Розенцвейг, М. Селігман, Г. Сельє), як свідомий варіант механізмів психологічного захисту (Л. Мазурова, Л. Суботіна) [6; 9].

Постановка завдання. Метою статті стало дослідження можливого зв'язку між певним локусом контролю та вибором відповідної копінг-стратегії поведінки особистості в період ранньої зрілості. Для цього насамперед необхідно було проаналізувати літературні джерела, виявити стійкі характеристики особистостей з інтернальним та екстернальним локусами контролю, визначити зміст особливостей копінг-стратегій поведінки особистості. Важливо було знайти теоретичне підтвердження припущення зв'язку між локусом контролю особистості та вибором копінг-стратегій поведінки.

Задля реалізації зазначених завдань було проведено теоретико-аналітичне й безпосередньо емпіричне дослідження,

об'єктом якого став локус контролю як інтегральна характеристика особистості в період ранньої зрілості, а предметом – зв'язок локусу контролю особистості з вибором копінг-стратегії поведінки.

Виклад основного матеріалу дослідження. Термін «локус контролю» було введено соціальним психологом Дж. Роттером у 1954 році [8; 11]. Локусом контролю вважають зону свідомості, у межах якої людина здатна визначити причинно-наслідкові зв'язки подій власного життя [11]. Особистість, яка, пояснюючи результати власних досягнень чи невдач, посиляється на свою діяльність чи бездіяльність, на власні риси характеру, навички й уміння, Дж. Роттер назвав інтерналом – особистістю з внутрішнім локусом контролю. На противагу першому типу особистість, яка в усіх наслідках своєї життєдіяльності бачить генералізований вплив лише зовнішніх обставин, було названо екстерналом – особистістю із зовнішнім локусом контролю [11]. Проаналізувавши теоретичні джерела, можемо виділити низку концепцій, які по-різному трактують цю психологічну категорію [8; 9; 10]:

1) локус контролю як суб'єктивна оцінка об'єму особистісного контролю, яким володіє людина, над подіями життя (Д. Майерс, Дж. Фарес);

2) локус контролю як зона свідомості, у межах якої людина здатна визначити причинно-наслідкові зв'язки подій власного життя (Г. Джерольд, Ф. Макрго, Д. Майерс);

3) локус контролю як передумова формування типів соціального характеру (О. Конт, Р. Мертон, Д. Пісмен);

4) локус контролю як схильність індивіда атрибутувати відповідальність за успіхи й невдачі власної активності зовнішнім обставинам або розглядати їх як власні досягнення чи помилки (Є. Бажина, С. Голінкіна, В. Ільїн, М. Кондратьєв, С. Нартова-Бочавер);

5) локус контролю як особлива форма прояву й організації активного ставлення людини до самої себе як до суб'єкта власних відносин із дійсністю (В. Лабунська, Т. Щербакова);

6) локус контролю як фактор впливу на метакогнітивний досвід, що обумовлює пізнавальну діяльність (Л. Виноградова, М. Холодна).

Що ж стосується поняття «копінг-стратегії», то його в сучасному розумінні пов'язують із роботами таких видатних психологів, як Р. Лазарус та С. Фолькман [5; 8]. Проте необхідно зазначити, що вперше цей термін з'являється в психологічній літературі завдяки роботі Л. Мерфі (1962 року) [8].



Копінг-поведінку розглядають як поведінкові й когнітивні зусилля, що застосовуються індивідами для подолання специфічних вимог, які виникають у ситуаціях взаємодії людини та середовища (Р. Лазарус, Д. Льюїс, С. Фолькман, Дж. Фрейденберг). Багато видатних учених зробили свій внесок у розвиток цього поняття, трактуючи його відповідно до власного розуміння та власних досліджень. Зокрема, було запропоновано такі формулювання:

1) копінг-поведінка – будь-яка поведінка, спрямована на пристосування (адаптацію) до незвичних обставин (А. Маслоу, С. Норман, Д. Ендлер, М. Паркер);

2) долаюча поведінка – така поведінка, яку демонструє людина в період стресу (Г. Джерольд, М. Селігман, Г. Сельє, М. Перре, М. Райхертс, Ф. Розенцвейг);

3) копінг-стратегії – певна поведінка, яку людина використовує для подолання існуючої ситуації, щоб зберегти психічне здоров'я та взаємодіяти з навколишнім світом (Ю. Александроський, Г. Нікіфоров, В. Петрушин);

4) у широкому сенсі поняття «coping» включає в себе всі види взаємодії суб'єкта із завданнями зовнішнього чи внутрішнього характеру (Є. Ільїн, С. Нартова-Бочавер, А. Реан та інші автори);

5) копінг-стратегії як свідомий варіант механізмів психологічного захисту (Л. Мазурова, Л. Суботіна) [7; 8].

Локус контролю особистості, як і копінг-стратегії поведінки, називають складниками життєвого стилю, як стверджує А. Адлер [8]. Говорячи про набір індивідуальних характеристик особистості, локус контролю й копінг-стратегії часто форму-

ють неповторний стиль життя кожної людини. Питання щодо наявності певного зв'язку між рівнем суб'єктивного контролю та вибором певного типу долаючої поведінки постало через низку взаємопов'язаних, теоретично обґрунтованих характеристик цих психологічних категорій, що саме сформулювало концептуальну гіпотезу нашого дослідження.

Завдяки аналізу теоретичних напрацювань, наукових робіт видатних науковців, зазначених вище, нам вдалося виявити основні характеристики особистостей із певною когнітивною орієнтацією або локусом контролю та сформулювати психологічні особливості екстерналів та інтерналів. Операціоналізувати концептуальну гіпотезу нам вдалося під час формулювання емпіричних гіпотез, а саме:

1) якщо досліджуваний характеризується високим рівнем інтернальності, то, відповідно, високий результат виявляє діагностування такої копінг-стратегії, як прийняття відповідальності;

2) якщо досліджуваний характеризується високим рівнем інтернальності, то, відповідно, високий результат виявляє діагностування такої копінг-стратегії, як самоконтроль;

3) якщо досліджуваний характеризується високим рівнем екстернальності, то, відповідно, високий результат виявляє діагностування такої копінг-стратегії, як стратегія уникання.

Для перевірки цих гіпотез було проведено емпіричне дослідження на вибірці обсягом 75 осіб віком від 28 до 32 років. Групу досліджуваних склали 36 осіб жіночої статі (48%) та 39 осіб чоловічої статі (52%). Що ж стосується

вікового розподілу, то наведемо його у вигляді діаграми (див. рис. 1).

Варто зазначити, що саме такий віковий діапазон є надзвичайно важливим у межах нашого дослідження. Звертаючись до вікової періодизації відомого вітчизняного психолога Д. Ельконіна, можемо вважати період від 21 до 35 років першим періодом зрілості [8]. Учений проводить диференціацію різних вікових періодів на

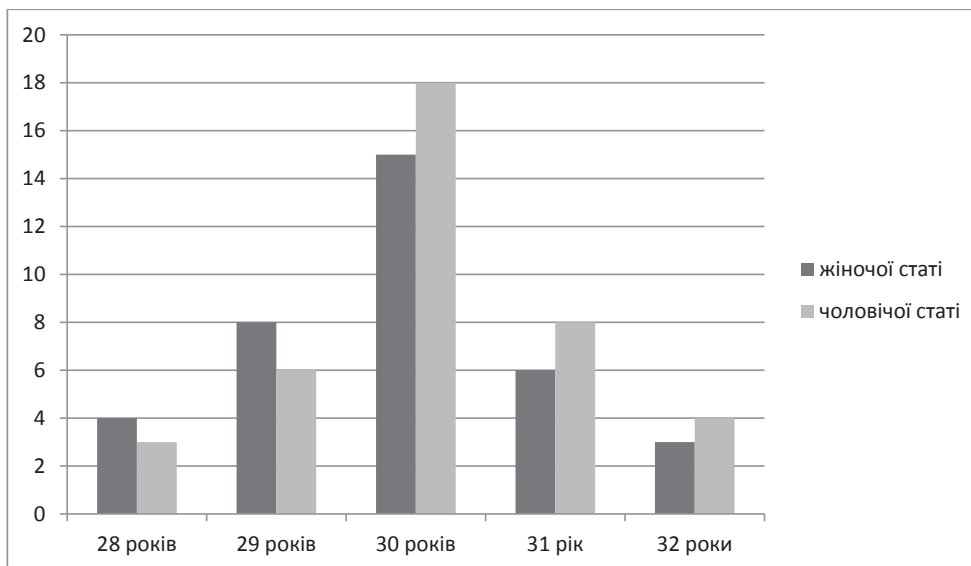


Рис. 1. Розподіл досліджуваних за віком та статтю серед вибірки обсягом 75 осіб

основі виокремлення нового провідного виду діяльності. У період першої зрілості ним є професійна діяльність.

Щодо вибору більшості досліджуваних віком 30 років необхідно вказати низку причин. По-перше, наше попереднє дослідження із цієї теми стосувалося осіб віком від 18 до 20 років (період юності), тому нас цікавило дослідження іншої вікової групи, зокрема періоду ранньої зрілості. По-друге, науковці, які займаються дослідження онтогенетичного розвитку особистості (наприклад, Д. Ельконін, Е. Еріксон, А. Реан, Г. Шихі), називають вік 30 років кризовим [15]. Ця криза стосується суб'єктивного переживання втрати сенсу життя, супроводжується руйнуванням юнацьких уявлень про майбутнє, переживанням неможливості досягнення тих планів, які були бажаними в попередньому етапі вікового розвитку. Відбувається перехід від ейфорично-романтичних уявлень про майбутнє до реалістичного світогляду, що обумовлює переживання сильних стресових умов. Цей період є надзвичайно важливим у контексті нашої тематики, оскільки криза 30 років як складна життєва ситуація вимагає від особистості використання копінг-стратегій поведінки для її подолання. Саме в цей час відбуваються якісні зміни в когнітивному просторі особистості, що стосуються ціннісно-сміслової сфери та попередніх установок і переконань. Тому аналізована вікова категорія є релевантною для формулювання висновків щодо зв'язку локусу контролю як когнітивної орієнтації особистості та копінг-стратегій поведінки як шляхів подолання складних життєвих ситуацій.

Проте період переживання кризи залежить від кожної окремої особистості. Згадані автори зазначають, що в більшості випадків така криза припадає на віковий діапазон від 28 до 32 років. Саме це обумовило включення в нашу вибірку не лише 30-річних досліджуваних. Однак їм було надано перевагу.

Для перевірки гіпотез нами було використано три методики: «Когнітивна орієнтація. Локус контролю Дж. Роттера» (методика також дозволяє говорити про когнітивні стилі особистості), «Копінг-тест Лазаруса» та «Індикатор копінг-стратегій» Дж. Амірхана (спрямовані на діагностику домінуючих копінг-стратегій особистості). Застосувавши статистичний аналіз (коефіцієнт кореляції Пірсона), ми встановили певні результати, наведені в таблиці.

Отримані результати свідчать про позитивний кореляційний зв'язок між інтернальним локусом контролю та копінг-стратегіями «прийняття відповідальності» й «самоконтроль та про негативну кореляцію інтернального локусу контролю з копінг-стратегією «втеча-уникання» й «стратегія уникання». Прямо протилежна кореляція відповідно до екстернального локусу контролю є такою: екстернальний локус контролю позитивно корелює з копінг-стратегією «втеча-уникання» й «стратегія уникання» та негативно корелює з копінг-стратегіями «прийняття відповідальності» й «самоконтроль». Ці результати повністю підтверджують вихідну гіпотезу.

Висновки з проведеного дослідження. Таким чином, обравши концептуальною гіпотезою твердження, що локус контролю особистості пов'язаний із вибором копінг-стратегій поведінки, ми провели емпіричне дослідження на вибірці обсягом 75 осіб віком від 28 до 32 років. Для цього нами було використано три методики: «Когнітивна орієнтація. Локус контролю Дж. Роттера», «Копінг-тест Лазаруса» та «Індикатор копінг-стратегій» Дж. Амірхана.

Застосувавши коефіцієнт кореляції Пірсона, ми встановили, що кореляційний зв'язок мають такі психологічні феномени: 1) екстернальний локус контролю особистості та копінг-стратегії «втеча-уникання» й «стратегія уникання»; 2) інтернальний локус контролю особистості та копінг-стра-

Таблиця

Результати дослідження зв'язку локусу контролю особистості з вибором копінг-стратегій поведінки

«Когнітивна орієнтація. Локус контролю Дж. Роттера»	Копінг-стратегії поведінки			
	«Копінг-тест Лазаруса»			Індикатор копінг-стратегій» Дж. Амірхана
	Втеча-уникання	Прийняття відповідальності	Самоконтроль	Стратегія уникання
Екстернальний	0,843**	-0,788**	-0,627**	0,786**
Інтернальний	-0,843**	0,788**	0,627**	-0,786**

Примітка: ** – статистично значуща кореляція на рівні $p \leq 0,01$.



тегії «прийняття відповідальності» й «самоконтроль».

Наведені результати дослідження свідчать про те, що інтернальний локус контролю має зв'язок із таким типом долаючої поведінки, як прийняття відповідальності та самоконтроль. Зазначені типи відрізняються продуктивністю й позитивними наслідками їх застосування в складних життєвих ситуаціях. Що ж стосується екстернального локусу контролю, то зауважимо, що було виявлено кореляційний зв'язок із такою копінг-стратегією, як уникання. Цей самий тип долаючої поведінки визнано найбільш неадаптивним та здатним на тривалий час дезорганізує впливати на психічний стан особистості.

Отримані дані мають як теоретичну, так і практичну значущість, оскільки діагностування подібних характеристик особистості у сфері практики допомагатиме швидше встановити причину тієї чи іншої психологічної проблеми та ефективніше взаємодіяти з нею.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Анцыферова Л. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита / Л. Анцыферова // Психологический журнал. – 1994. – Т. 15. – № 1. – С. 3–18.
2. Грановская Р. Психологическая защита у детей / Р. Грановская, И. Никольская. – СПб. : Речь, 2006. – 342 с.
3. Джерольд Г. Управление стрессом / Г. Джерольд. – 7-е изд. – СПб. : Питер, 2002. – 496 с.
4. Крюкова Т. Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ) / Т. Крюкова, Е. Куфтык // Журнал практического психолога. – М., 2007. – № 3. – С. 93–112.
5. Лазарус А. Краткосрочная мультимодальная психотерапия / А. Лазарус. – СПб. : Речь, 2001. – 256 с.
6. Майерс Д. Социальная психология / Д. Майерс. – 6-е изд., перераб. и доп. – СПб. : Питер, 2007. – 752 с.
7. Муздыбаев К. Стратегия совладания с жизненными трудностями: теоретический анализ / К. Муздыбаев // Журнал социологии и социальной антропологии. – 1998. – № 2. – С. 102–112.
8. Нартова-Бочавер С. Дифференциальная психология : [учеб. пособие] / С. Нартова-Бочавер. – М. : Флинта ; МПСИ, 2008. – 280 с.
9. Нартова-Бочавер С. «Coping behavior» в системе понятий психологии личности / С. Нартова-Бочавер // Психологический журнал. – 1997. – № 5. – С. 20–31.
10. Одинцова М. Преодолевающие стратегии поведения белорусов и россиян / М. Одинцова, Е. Семенова // Культурно-историческая психология. – 2011. – № 3. – С. 75–81.
11. Роттер Дж. Теория социального научения / Дж. Роттер. – М. : Просвещение, 1988. – 128 с.
12. Селье Г. Стресс без дистресса / Г. Селье. – М. : Прогресс, 1979. – 123 с.
13. Терещенко Э. Информационный стресс: психологические и социальные аспекты / Э. Терещенко, М. Есян // Перспективные научные исследования – 2012 : VIII Междунар. науч.-практ. конф. – София : Изд-во Бял ГРАД-БГ ООД, 2012. – Т. 22 : Психология и социология. – С. 10–16.
14. Холодная М. Когнитивные стили: о природе индивидуального ума / М. Холодная. – 2-е изд., перераб. и доп. – СПб. : Питер, 2004. – 384 с.
15. Якобсон П. Психологические компоненты и критерии становления зрелой личности / П. Якобсон // Психологический журнал. – 1981. – № 4. – С. 142–147.
16. Rotter J. Social learning and clinical psychology / J. Rotter. – New York : Prentice-Hall, 1954. – 120 p.