

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ЛОКУСА КОНТРОЛЯ В АВТОБИОГРАФИЧЕСКИХ ВОСПОМИНАНИЯХ

.....

Ю.Б. Шлыкова¹

Современная психология все больше внимания уделяет развитию личности как активного начала собственной жизни, ее субъектной позиции [3]. Ситуация такова, что даже краткосрочные мероприятия по развитию ресурсов личностного роста и самопознанию ведут к серьезным изменениям в психике человека. У обычного человека нет времени на длительное и глубокое самопознание, но проблемы неудовлетворенности жизнью, социальными отношениями, самим собой лежат в глубинных структурах психического и требуют серьезной работы.

На наш взгляд, разрешить данное противоречие способна работа с жизненным опытом личности, которая в современной психологии выходит на новый виток развития. Современные психологические методы и техники работы с жизненными планами, стратегиями, воспоминаниями, стилями жизни построены на уникальных техниках, способных за короткое время активизировать глубинные личностные структуры, развернуть человека лицом к собственному Я, собственной жизни [1; 2].

Идея работы с воспоминаниями первоначально разрабатывалась в рамках психоанализа. В психоанализе появляются некоторые основополагающие выводы, касающиеся истории жизни личности, связи психического акта с мотивом, генетически восходящей к аффективным переживаниям, имевшим место в истории жизни субъекта и наложившим отпечаток на формирование и реализацию его мотивов [4].

Это положение поставило множество исследовательских вопросов о механизмах влияния прошлого на настоящее, о функциях прошлого опыта, о способах отбора информации как значимой и др.

¹ Шлыкова Юлия Борисовна – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии личности и общей психологии Кубанского государственного университета. Эл. адрес: magnoly@mail.ru

Современные представления о функциях автобиографических воспоминаний согласуются с идеей З. Фрейда и предполагают наличие функции, при которой автобиография конструируется как механизм защиты личности, ее целостности и устойчивости. Человек конструирует историю собственного прошлого в соответствии с актуальными потребностями [2]. Учитывая внешние обстоятельства, он выдвигает на первый план те воспоминания, которые в большей степени соответствуют тому образу Я, который намерен транслировать человек.

Современные психологи, занимающиеся работой с воспоминаниями личности, считают, что субъективно переживаемый опыт взаимодействия человека с окружающим миром отражен в структуре личности как система социальных отношений. Она проявляется в типичных способах взаимодействия с окружающими, определяет отношение к прошлому, настоящему и будущему, а также отношение к жизненным трудностям и способам их преодоления [1].

В автобиографических воспоминаниях человека отражены особенности уникального опыта взаимодействия личности с миром. Личность изначально базируется на воспоминаниях о жизненных событиях, а в дальнейшем автобиографическая память служит как сохранению целостности личности, ее защите, так и ее изменению, развитию.

Автобиографическая память представляет собой «подсистему памяти, оперирующую воспоминаниями о лично значимых событиях и состояниях» [2, с. 74]. На ее основе создаются предпосылки для формирования личности как системы, а личность определяет критерии оценки воспоминаний как значимых для нее. Личность выбирает, оценивает и переосмысляет как отдельные события, так и всю систему личностных смыслов.

Таким образом, участвуя сознательно и неосознанно в конструировании собственной истории, личность проявляет себя как субъект этой истории. Личность творит собственное Я, создает в памяти линию собственного развития со всеми имеющимися конфликтами, потерями, достижениями и радостями. Содержание этих воспоминаний отражает устойчивые личностные особенности. На наш взгляд, локус контроля является одной из базовых характеристик человека, понимание которой может способствовать раскрытию личности в системе отношений с миром. Кроме того, локус контроля можно довольно легко и адекватно диагностировать через анализ автобиографии личности.

Цель данной статьи – продемонстрировать возможность выявления локуса контроля через анализ автобиографических воспоминаний личности.

Методологической базой послужили психоаналитические модели анализа детских воспоминаний З. Фрейда и А. Адлера; модифицированный вариант работы с ранними воспоминаниями Е.Н. Исполатовой и Т.П. Николаевой; кон-

цепция локализации контроля Дж. Роттера; концепция автобиографической памяти В. Нурковой; идеи А.В. Брушлинского, В.В. Знакова, З.И. Рябикиной о личности как субъекте жизнедеятельности.

В ходе исследования использовались два метода – качественный анализ автобиографических воспоминаний, связанных с различными сферами жизнедеятельности личности, и опросник УСК.

В исследовании принимали участие студенты 1–4-х курсов факультета управления и психологии КубГУ: на предварительном этапе сбора данных – 115 чел., на последующих этапах работы – 67 респондентов.

На *первом этапе* перед нами стояла задача продемонстрировать возможности определения уровня интернальности/экстернальности локуса контроля личности в воспоминаниях различных сфер жизнедеятельности. Для решения задачи мы выбрали модифицированную технику анализа ранних воспоминаний Е.Н. Исполатовой, Т.П. Николаевой [1].

Испытуемым предлагалось описать несколько воспоминаний, связанных с 6 заданными сферами: достижения, неудачи, семья, профессия/учеба, межличностные отношения и здоровье. Данные сферы были избраны в соответствии со сферами, представленными в опроснике УСК [5]. При анализе воспоминаний нами использовались два критерия анализа воспоминаний, отражающих локализацию контроля личности:

1) активность личности в воспоминании: автор как источник динамики в событии, главный персонаж, контролирующей описываемый процесс;

2) наличие «Я/Мы-ситуации»: «Я-ситуация» предполагает наличие единственного персонажа – автора, участвующего в событии, «Мы-ситуация» предполагает описание совместной с кем-либо деятельности.

Анализируя воспоминания по критерию активности личности, мы обнаружили, что лишь 27 % респондентов описывают воспоминания с активной позиции, 61 % – представлены в воспоминании пассивно, 12 % имеют смешанные воспоминания. Эти результаты свидетельствуют о преобладании в нашей выборке пассивной стратегии поведения.

Учитывая возраст испытуемых (18–22 года) и отнесенность большинства воспоминаний к событиям детства, мы пришли к выводу: пассивность связана с тем, что студенты проявляют активность в настоящем, в построении планов и новых социальных контактов, но в принятии важных, ответственных решений еще предпочитают внешний контроль (т.е. подсознательно находятся в ситуации детско-родительских отношений).

По наличию «Я/Мы-ситуаций» преобладающей позиции не выявлено. «Я-ситуация» преобладает у 42 % испытуемых, «Мы-ситуация» – у 48 %. У 10 % нет явного преобладания одной из позиций. Равномерное распределение показателей по сравнению с предыдущим критерием мы связываем с тем, что в

детских воспоминаниях чаще всего активны родители или близкие родственники.

Анализ воспоминаний по данным критериям позволил выявить особенности локализации контроля личности:

- интернальный локус контроля имеют респонденты, считающие себя источником события, представленные в воспоминании как главный персонаж, занимающие активную позицию в описываемом событии;
- экстернальный локус контроля у респондентов, считающих главными в событии других людей, занимающих пассивную позицию по отношению к описываемым событиям.

Рассмотрим распределение локуса контроля по сферам.

Таблица 1

Преобладающий локус контроля в воспоминаниях различных сфер

Сфера воспоминания	Преобладающий локус контроля
Достижения	Интернальный
Неудачи	Экстернальный
Семья	Экстернальный
Профессия	Интернальный
Межличностные отношения	Смешанный
Здоровье	Экстернальный

Из табл. 1 видно, что, описывая сферы достижений и профессиональной/учебной деятельности, респонденты чаще используют интернальный локус контроля. То есть в воспоминаниях автор является главным, активным действующим лицом. Как правило, в этих сферах используется «Я-ситуация» («В классе была специальная парта для отличников, и я постоянно за ней сидела. Мне нравилось, что я выделяюсь из всего класса...»). Если в воспоминании встречаются другие люди, то это либо родители, оценивающие деятельность («Когда я сделала самую красивую поделку, мама меня похвалила и я поняла, что могу делать красивые вещи...»), либо своеобразный «фон». В профессиональной/учебной сфере встречается и «Мы-ситуация», где главный персонаж активно включен в совместную деятельность с другими участниками («Подготовка к экзаменам в то время представляла собой наши бесконечные ночные посиделки: смеемся, поем под гитару, а с утра невыспавшие и совершенно неподготовленные к экзамену»).

Сферы неудач, семейных отношений и здоровья чаще описываются с позиции экстернального локуса контроля. В этих воспоминаниях используется в основном «Мы-ситуация». Человек в этих воспоминаниях пассивен, активность принадлежит родителям, врачам, другим людям и внешним факторам

(«Мама ведет меня в больницу и говорит, что врач сделает мне укол очень аккуратно. Наверное, мама думала, что мне от этого станет легче. Потом приходит врач, я ору, а они все вместе меня уговаривают»; «Родители сели в машину и поехали, оставив меня одну. Они даже не пытались подумать, что ребенок чувствовал в этот момент»).

Сфера межличностных отношений наиболее разнообразна и выражена как «экстернальными» воспоминаниями, так и «интернальными».

Таким образом, усредненные результаты согласуются с общепринятыми представлениями о сферах, преимущественно «экстернальных» или «интернальных». В сфере достижений человеку более свойственно брать ответственность за успех на себя, а при неудачах винить других людей или обстоятельства. Это отражает защитную функцию воспоминаний, поддерживающих позитивное отношение личности к себе.

Семейные отношения (с родительской семьей) чаще всего представлены как «экстернальные», так как воспоминания дошкольного возраста связаны с процессами социализации, усвоением норм, правил, стратегий поведения, предлагаемых социумом в лице родителей.

Сфера здоровья также «экстернальна», поскольку большинству людей свойственно обращаться к этой сфере только при возникновении проблем, а тогда и ответственность перекладывается на плечи специалиста-врача.

То, что сферы межличностных и профессиональных отношений оказались в нашем исследовании «интернальными», мы склонны связывать с возрастными особенностями. Во-первых, возраст активного поиска партнера межличностных отношений, во-вторых, этап профессионального становления личности, на котором модели построения карьеры идеализированы и имеется ощущение реализуемости любых личных планов и замыслов.

На *втором этапе* нами сравнивались показатели экстернальности/интернальности по двум методикам: УСК и анализа воспоминаний. Согласно теоретическим посылкам, анализ воспоминаний дает возможность выявить неосознаваемые установки и особенности социальных отношений личности. Опросник УСК позволяет получить осознанный образ себя, определить особенности самопрезентации личности. Таким образом, сопоставив результаты двух методов, мы выявили наличие рассогласования в осознаваемых и неосознанных представлениях личности о локализации контроля.

С помощью методики УСК нами были выделены 2 группы респондентов:

- 1) выраженные «экстерналы» – 36 чел., в данной группе во всех сферах «экстернальность» имеет высокий или средний уровень выраженности;
- 2) выраженные «интерналы» – 31 чел., представители данной группы имеют интернальный локус контроля во всех сферах.

Испытуемые, имеющие смешанные стили, далее не анализировались.

Отметим, что для нас было важно безоценочное отношение к локусу контроля, который лишь отражает индивидуально-стилевые особенности личности, а его эффективность можно оценить лишь с точки зрения субъективных и объективных показателей успешности личности и ее удовлетворенности собственной жизнью.

Рассмотрим полученные результаты каждой группы. Мы выявляли частоту встречаемости «экстернальных» (у «экстерналов») и «интернальных» (у «интерналов») воспоминаний в различных сферах жизнедеятельности.

Таблица 2

Уровень выраженности «экстернальных» воспоминаний у группы «экстерналов», %

Сфера жизнедеятельности	Уровень выраженности «экстернальных» воспоминаний
Достижения	Низкий (13,8)
Неудачи	Высокий (94,4)
Семья	Высокий (97,2)
Профессия	Средний (75)
Межличностные отношения	Высокий (86,1)
Здоровье	Высокий (97,2)

Из табл. 2 мы видим, что у группы с экстернальным локусом контроля результаты двух методик практически совпадают. Так, в сферах неудач, семейных и межличностных отношений в группе высокие показатели «экстернальности» по методике УСК (7,8–8,9 ст.) и практически у всех испытуемых высокий уровень «экстернальных» воспоминаний.

В сфере профессиональной/учебной деятельности средние значения по УСК (6,2 ст.) и средняя выраженность «экстернальных» воспоминаний.

В сфере здоровья средние показатели по УСК (5,8 ст.), но у всех респондентов высокий уровень «экстернальных» воспоминаний. Здесь наблюдается некоторое преувеличение собственной роли в сохранении здоровья, по сравнению с содержанием воспоминаний.

В сфере достижений «экстернальность» выражена на среднем уровне по УСК (5,6 ст.), а в воспоминаниях практически у всех преобладает «интернальность». Это интересный момент, так как человек при ответе на вопросы методики УСК несколько занижает собственные заслуги по сравнению с воспоминаниями. Мы связываем это с проявлением факта социальной желательности при ответе на вопросы, тогда как при описании прошлых событий человек не знал, что именно будет анализироваться, и позволял себе довольно лестные воспоминания.

В целом субъективная локализация контроля по двум методикам у «экстерналов» совпадает. Отметим, что есть люди, у которых имеются конфликтные оценки, но это единичные случаи.

Рассмотрим результаты группы с интернальным локусом контроля.

Таблица 3

Уровень выраженности «интернальных» воспоминаний у группы «интерналов», %

Сфера жизнедеятельности	Уровень выраженности «интернальных» воспоминаний
Достижения	Высокий (96,7)
Неудачи	Низкий (12,9)
Семья	Низкий (9,7)
Профессия	Средний (64,5)
Межличностные отношения	Высокий (77,4)
Здоровье	Низкий (22,5)

По результатам опросника УСК вся группа по всем сферам представлена интернальным локусом (1,4–3,1 ст.). Анализ воспоминаний выявил противоречивые данные. Так, сферы неудач и семейных отношений практически у всех респондентов «интернальные», воспоминания имеют низкий уровень выраженности. Сфера здоровья также преимущественно «экстернальна». На осознаваемом уровне респонденты явно стремятся преувеличить собственную роль в этих сферах.

Сфера профессиональной/учебной деятельности «интернальна» только у 64 % респондентов. Наименее конфликтными оказались сферы достижений и межличностных отношений.

Мы видим, что у людей с интернальным локусом контроля сознательная и бессознательная оценки собственной активности и ответственности в нескольких сферах противоположны. Такую большую конфликтность мы связываем с тем, что: а) «интерналы» более склонны к самоанализу и чаще приводят идеальное Я, к которому стремятся, как следствие преувеличения собственной субъектности; б) эти респонденты отрицают роль других людей в их жизни с целью субъективного усиления собственной значимости, которую они зачастую не могут продемонстрировать в реальном поведении.

Проведенное исследование позволяет сделать ряд *выводов*.

1. В автобиографических воспоминаниях достаточно четко проявляется локус контроля личности. Одно воспоминание не дает объективных представлений о локализации контроля человека, но работа с разными воспоминаниями, представленными разными сферами жизнедеятельности личности, дает достаточно полные и адекватные результаты. Их достоверность проверяется

в беседе с респондентом или при наблюдении за его поведением в различных жизненных ситуациях.

2. Люди, диагностируемые как «экстерналы», описывают собственный биографический опыт через экстернальный локус контроля, т.е. адекватны собственному образу, выявленному с помощью методики измерения УСК в большинстве представленных сфер.

3. Люди, имеющие интернальный локус контроля согласно опроснику УСК, в описании автобиографических событий используют как «экстернальную», так и «интернальную» позиции. Это свидетельствует о рассогласовании позиции, предъявляемой при тестировании, и позиции, используемой при работе с воспоминаниями.

4. Выявление локализации контроля через анализ воспоминаний открывает широкие возможности для консультативной и коррекционной работы. Экстернальный локус контроля легко диагностируется при анализе воспоминаний. Интернальный локус контроля как показатель субъектности личности более сложен для диагностики и имеет противоречия в когнитивном и поведенческом компонентах самосознания личности.

Таким образом, работая с автобиографическими воспоминаниями каждой отдельной личности, можно обнаружить уникальные, уже выработанные самой личностью стратегии преодоления противоречий и выхода из кризисных ситуаций, подобрать адекватные конкретному человеку способы саморазвития и самореализации с учетом особенностей его субъективной локализации контроля.

Библиографический список

1. Исполатова Е.Н., Николаева Т.П. Модифицированная техника анализа ранних воспоминаний личности // Вопросы психологии. 1999. № 1.
2. Нуркова В.В. Свершенное продолжается: Психология автобиографической памяти личности. М.: УРАО, 2000.
3. Рябикина З.И. Личность как субъект формирования бытийных пространств // Субъект, личность и психология человеческого бытия. М.: Институт психологии РАН, 2005.
4. Фрейд З. Введение в психоанализ: лекции. СПб.: Питер, 2004.
5. Шевандрин Н.И. Диагностика, коррекция и развитие личности. М.: Владос, 2001.