

Заключение. Данное эмпирическое исследование было направлено на изучение уровня эмпатических тенденций у старших школьников. По результатам проведенного исследования можно сделать вывод, что среди учащихся 10-11 классов у 46% был выявлен низкий уровень эмпатии, у 42% учащихся наблюдается средний уровень эмпатии и у 12% – очень низкий.

Список использованной литературы:

1. Стрелкова, Л.П. Условия развития эмпатии под влиянием художественного произведения / Л.П. Стрелкова // Эмоционально-личностное развитие дошкольника: хрестоматия. – М.: АНО Психологическая электронная библиотека. – 2008. – С. 210–237.
2. Гаврилова, Т.П. Утверждение эмпатии / Т.П. Гаврилова // Журнал практического психолога. – 2008. – № 5. – С. 204–216.
3. Бодалев, А.А. Личность и общение: Избранные психологические труды / А.А. Бодалев. – М.: Международная педагогическая академия, 1995. – 328 с.
4. Кошелева, А.Д. Эмоциональное развитие дошкольников: учебное пособие / А.Д. Кошелева, В.И. Перегуда, О.А. Шаграева. – М.: Академия, 2003. – 169 с.
5. Гайдаренко, С.М. Развитие эмпатии на разных возрастных этапах [Электронный ресурс] / С.М. Гайдаренко, М.А. Мартынова, А.В. Коваленко – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitiie-empatii-na-raznyh-vozzrastnyh-etapah>. – Дата доступа: 23.01.24.
6. Мещеряков, Б.Г. Большой психологический словарь / Б.Г. Мещеряков, В.П. Зинченко. – М.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. – 632 с.
7. Мэй, Р. Искусство психологического консультирования/ Р. Мэй. – М.: Независимая фирма «Класс», 1994. – 144 с.

Божко Г.А.

Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова
Научный руководитель – Циркунова Н.И., старший преподаватель

ОСОБЕННОСТИ ЛОКУСА КОНТРОЛЯ В РАННЕЙ ВЗРОСЛОСТИ: ХАРАКТЕРИСТИКА, СПОСОБЫ РЕГУЛЯЦИИ

Локус контроля – термин американского психолога Дж. Роттера для обозначения способов (стратегий), посредством которых люди приписывают (атрибутируют) причинность и ответственность за результаты своей и чужой деятельности. В одном случае причинность и ответственность приписывается самой действующей личности – эта стратегия называется «интернальной», в другом случае «ответственность возлагается» на факторы, независимые от личности; второй способ называется «экстернальным локусом контроля» [1].

В ранней взрослости человек приступает к реализации своего жизненного замысла. Данный период считается оптимальным временем для самореализации. В этом случае становится особенно важной такая характеристика личности как локализация контроля волевого усилия.

По мнению Дж. Роттера, люди с выраженным внутренним локусом контроля – более уверенные в себе, независимые. М. Лернер предположил, что у человека существует потребность видеть мир как место, где он получает то, что заслуживает, и заслуживает то, что получает. Напротив, склонность человека к внешнему локусу контроля говорит о его неуверенности в своих способностях, стремлении отложить реализацию своих намерений на неопределенный срок, о его зависимости. Таким образом,

интернальность или экстернальность – это не частная личностная черта, а определенный личностный паттерн, целостная личностная комбинация [2].

Характеристики личности и социальной среды, которые повышают стрессоустойчивость, принято называть копинг-ресурсами.

Личностные и социальные копинг-ресурсы стали предметом исследования многих зарубежных и российских психологов. Так, S.Folkman к копинг-ресурсам относит:

- физические ресурсы (здоровье, выносливость и т.д.);
- психологические (убеждения, самооценка, локус контроля, мораль);
- социальные (социальные связи и другие виды социальной поддержки человека) [3].

Материал и методы. Цель нашего исследования – изучение особенностей локуса контроля в ранней взрослости. Респондентами явились 38 учащихся 2-4 курса УО «Минский государственный областной колледж» в возрасте от 18 до 21 года.

В ходе исследования были использованы общенаучные методы (анализ, синтез, абстрагирование), а также психодиагностическая методика – опросник УСК Е.Ф. Бажина, Е.А. Голынкиной, А.М. Эткинда.

Результаты и их обсуждение. В ходе проведенного исследования по показателям среднего арифметического по выборке был построен профиль уровня субъективного контроля. Результаты представлены на рисунке 1.

Профиль УСК										
Шкалы	Стены									
	Экстернальность					Интернальность				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Общая				x						
В области достижений						x				
В области неудач			x							
В семейных отношениях					x					
В учебной деятельности			x							
В межличностных отношениях							x			
В отношении здоровья и болезни						x				

Рисунок 1 – Профиль уровня субъективного контроля

Как следует из полученного по выборке профиля, показатели интернальности находятся в пределах 3-6 стенов. Значения 1-2 и 7-10 в результатах отсутствуют.

Также нами был проведен анализ показателей локуса контроля в разрезе пола учащихся колледжа. Результаты анализа отражены на рисунке 2.

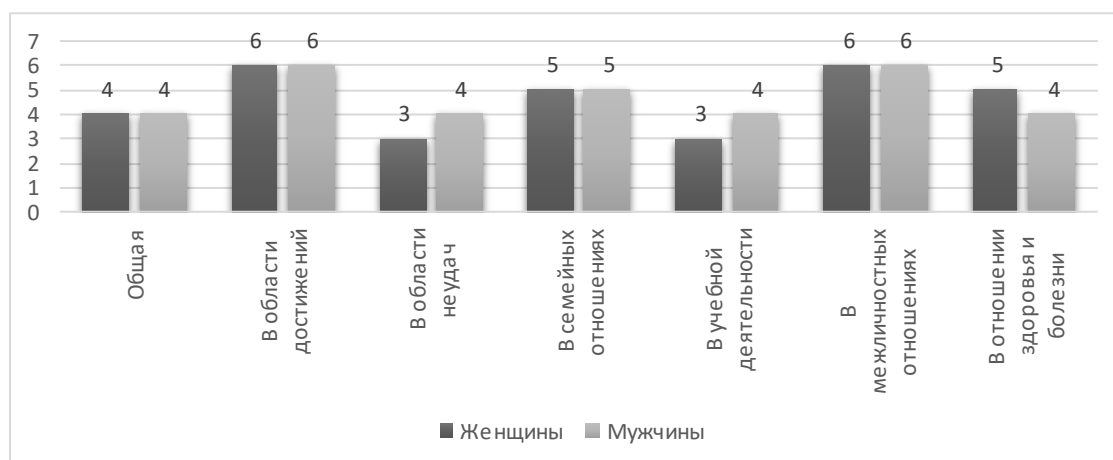


Рисунок 2 – Показатели локуса контроля в разрезе пола

Показатели локуса контроля учащихся женского пола полностью совпали со средними по выборке. Для мужской части обследуемых учащихся локус контроля разница составила не более 1 стана, причем направленность его также осталась экстернальной.

Таким образом, на основании полученного профиля по изучаемой выборке можно сделать вывод о том, что в период ранней взрослости для личности характерны низкие показатели интернальности. Сдвиг в сторону экстернальности свидетельствует о неосознанном выборе неконструктивных способов компенсации с усилением патологических защитных механизмов.

Однако, в отношении наблюдаемого сдвига в сторону экстернального локуса контроля в период ранней взрослости, особенно в период юности, можно предположить, что личность находится в процессе своего становления и перехода к молодости, и молодые люди еще приобретут навыки успешной организации целенаправленного поведения.

В связи с этим важным видится организация психологического сопровождения учащихся (тренинги, интерактивные лекции и т.п.).

Структура занятий с элементами тренинга может быть представлена:

- введением (приветствие, разминочное упражнение, актуализация темы занятия);
- основной частью (теоретический блок, отработка умений и навыков в ходе выполнения практических заданий, диагностический блок, разбор рабочих ситуаций);
- заключением (итоговая рефлексия, подведение итогов) [4].

Заключение. Локус контроля является социально-психологической характеристикой личности, определяющей степень активности собственных усилий и готовность личности к конструктивному взаимодействию с окружающими.

Результаты проведенного нами исследования свидетельствуют о низких показателях интернальности, характерных для периода ранней взрослости вне зависимости от пола.

Таким образом, для того чтобы успешно и безболезненно пройти период ранней взрослости, достигая поставленных целей и, одновременно, избегая опасных ошибок, молодым людям следует научиться управлять собой, своим психическим и физическим состоянием, тренировать выдержку и самообладание, распознавать, что поддается контролю, а что нет, и непременно вырабатывать веру в свои силы и в самих себя.

Список использованной литературы:

1. Мещеряков, Б.Г. Большой психологический словарь / Б.Г. Мещеряков, В.П. Зинченко. – СПб.: Прайм Еврознак, 2006. – 672 с.
2. Гальперина, Л.Л. Соотношение личностных и профессиональных качеств психолога / Л.Л. Гальперина // Психологическая служба. – 2004. – № 3. – С. 40–47.
3. Корзун, С.А. Локус контроля и восприятие социальной поддержки как копинг-ресурсы девиантных подростков / С.А. Корзун // Психологический журнал (РБ). – 2009. – № 3. – С. 38–42.
4. Поташева, Ю.Л. Эмоциональное выгорание и локус контроля проводников пассажирских вагонов / Ю.Л. Поташева // Психологический Vademecum: Психологическая феноменология в образовательной среде: мультидисциплинарный подход: сборник научных статей. – Витебск: ВГУ им. П.М. Машерова, 2019. – С. 217–221.