

## ПРОЯВЛЕНИЯ ЛОКУСА КОНТРОЛЯ У ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ

*Статья посвящена исследованию проблемы пожилого возраста. Выявлены виды локуса контроля, которые доминируют у пожилых людей. Описаны проявления локуса контроля у пожилых, показана связь оптимизма и пессимизма с локусом контролем.*

**Ключевые слова:** *локус контроля, виды локуса контроля, пожилые люди, оптимизм, пессимизм.*

Старение – это естественный и закономерный биологический процесс, который характеризуется постепенным снижением социальной активности и уменьшением полноты адаптации разных систем организма человека к социуму. Проблемы пожилого возраста выступают предметом и исследования социологии, психологии, медицины, экономики и других отраслей знания [1].

По мнению В. И. Слободчикова и Е.И. Исаева пожилой возраст (60–65 лет) является периодом кризиса «откровения Инобытия». В период такого кризиса человек обращен вовнутрь самого себя, он переживает все ценностные и смысловые ориентиры заново, тем самым готовится к новому бытию и анализирует события прожитой жизни [2].

Р.М. Грановская отмечает, что когда старый человек целиком погружается в прошлое, то он теряет будущее, перестает развиваться как личность, при этом ослабевают его связи с современниками. Если же люди пожилого возраста связывают свои радости и надежды – с будущим своих детей и внуков, учеников или своего труда, они сохраняют себе перспективу личностного развития, а вместе с тем и духовную молодость, завоевывают их уважение и любовь и для себя активную жизнь [3].

В. Франкл отмечает, что осознание смысла жизни является необходимым условием психического здоровья и сохранности личности, активизирует сопротивление объективным обстоятельствам при реализации поставленной цели, способствует сохранению социальных связей в пожилом возрасте, поскольку смысл жизни переживается именно как «причастность жизни» и эти переживания относительно независимы от внешних и внутренних обстоятельств [4].

По мнению ряда исследователей (А.Г. Лидерс, О.В. Краснова, Е.О. Лазебная и др.), базовую позицию личности во многом определяет такая интегральная личностная характеристика как *локус контроля*.

Способность находить новые цели своей жизни отличает пожилых людей, которые проживают свою жизнь, от стариков, которые «доживают». Обращение к самим пожилым людям, наблюдение за их жизненными проявлениями доказывают, что «счастливая старость» – не отвлеченное понятие, оно имеет определенное содержание. У позитивно настроенных пожилых людей можно выделить активный мыслительный процесс, направленный на решение вопроса постижения смысла жизни, самопознания. В результате вырабатывается новая жизненная установка, в основе которой – согласие с самим собой, с внешним окружением, естественным ходом жизни.

Тем самым, склонность пожилых людей к позитивному или негативному восприятию жизни, их склонность к оптимизму или пессимизму, зависит не только от условий их жизни, но и от их личного, субъективного отношения к своей жизни, своему месту в жизни других, своей значимости, от индивидуальной способности радоваться жизни, находить в ней новое и интересное. Одной из важнейших личностных интегральных характеристик, обуславливающих такую склонность, является локус контроля.

Особое внимание изучению локуса контроля как интегральной характеристики личности уделяют Г.С. Абрамова, В.Д. Альперович, Г.И. Борисов, С.В. Быков, С.М. Жучкова, В.Н. Каменских, И.А. Коверзенева, Т.Л. Крюкова, И.В. Носков, С.А. Яковлева и др. Тип локуса контроля оказывает влияние на направленность и содержание его деятельности и поведения, социальную активность человека, отношение к окружающему миру и самому себе, определяют способность к адаптации и сопротивлению проблемам и сложностям жизни.

Локус контроля – это такая характеристика личности, которая демонстрирует склонность приписывать ответственность за происходящие в жизни события и результаты деятельности внешним силам (экстернальный локус контроля) или собственным способностям и усилиям (интернальный локус контроля) [5].

Данный термин «локус контроля» одним из первых в психологии применил Дж. Роттер. Он понимал под «локусом контроля» направленность волевого усилия человека и определенные стратегии поведения (экстернальные или внешние, и интернальные, внутренние) [6].

Выделяют два вида локуса контроля: интернальный и экстернальный. При преобладании интернального локуса контроля человек приписывает происходящие события собственным личностным качествам. Если при этом ответственность за события и действия он приписывает себе, то у него выражена внутренняя локализация волевого контроля. При преобладании экстернального локуса контроля человек приписывает неудачи или успехи внешним событиям, везению, то есть не себе самому, а другим людям [1; 2; 4; 5; 6].

Соответственно выделяется и два типа пожилых людей: первый – те, кто конструктивно относится к наступающему старению (внутренне уравновешены, обладают чувством юмора, удовлетворены общением с другими людьми), и второй – те, кто постоянно недоволен жизнью и избегает общения и в целом реального мира (эмоционально опустошены, неохотно принимают помощь других, агрессивны, недоверчивы, подозрительны, стремление переложить вину и ответственность за свои неудачи и проблемы на кого-то другого, депрессивны, пессимистичны, безинициативны) [1; 3; 5; 7; 8].

С целью выявления проявлений локуса контроля у пожилых людей проводилось исследование.

Использовались две методики:

- 1) тест «Уровень оптимизма и пессимизма» (М. Селигман); и
- 2) тест-опросник субъективного контроля (УСК) Дж. Роттера (адаптирован Е.Ф. Бажиным, С.А. Голькиной и А.М. Эткиндоном).

Выборка составила 80 пожилых людей, из которых 40 респондентов пожилых работающих пенсионеров и 40 респондентов пожилых неработающих.

Полученные после применения методики М. Селигмана результаты показали, что для большинства работающих пожилых людей характерен высокий (62,5%) и средний (22,5%) уровни оптимизма (рисунок 1).

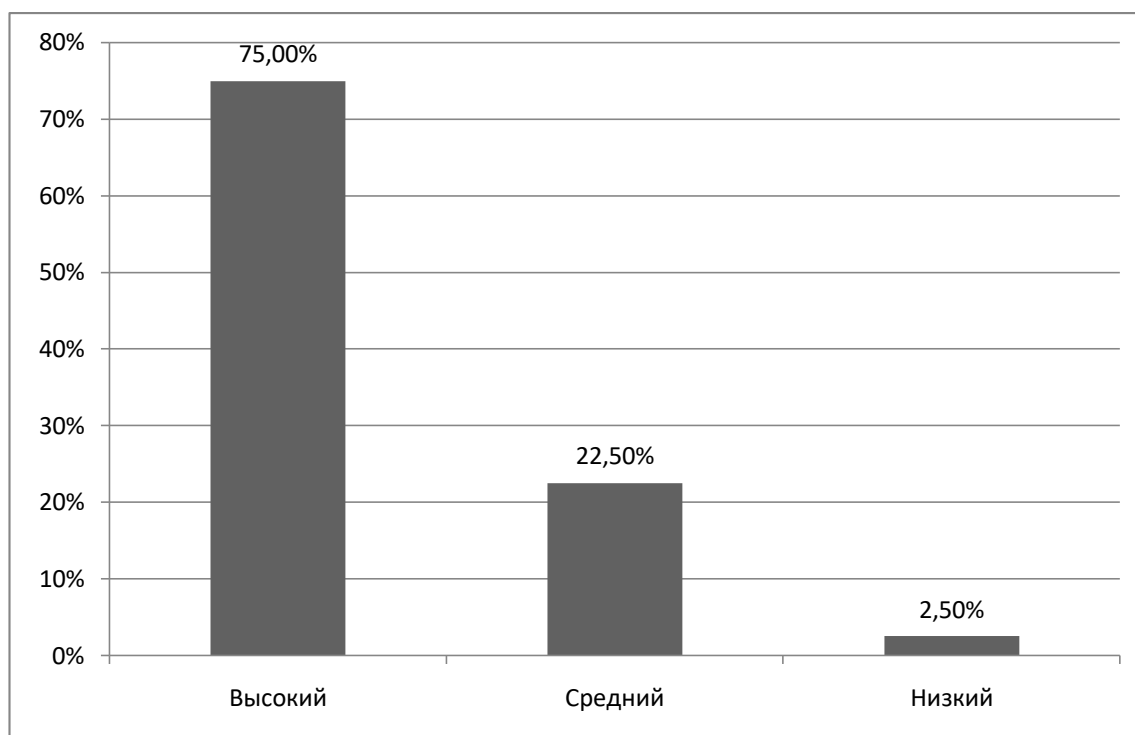


Рисунок 1 – Уровень оптимизма в группе работающих пожилых людей

У неработающих пожилых людей обнаружилась противоположная картина. Так, для большинства респондентов характерен высокий (60%) и средний (35%) уровни пессимизма. Только у двух респондентов из общего числа опрошенных (5%) выявлен низкий уровень пессимизма (рисунок 2).

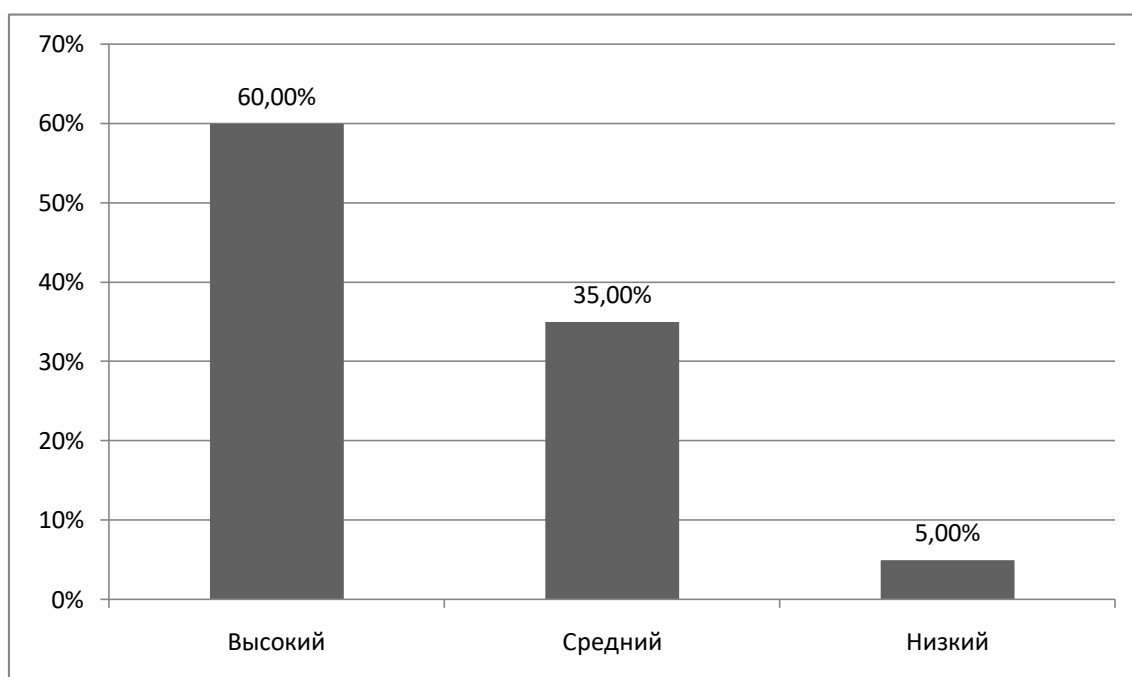


Рисунок 2 – Уровень пессимизма в группе неработающих пожилых людей

Также анализировалось (рисунок 3) проявление оптимизма и пессимизма у пожилых по признаку пола (женщины и мужчины).

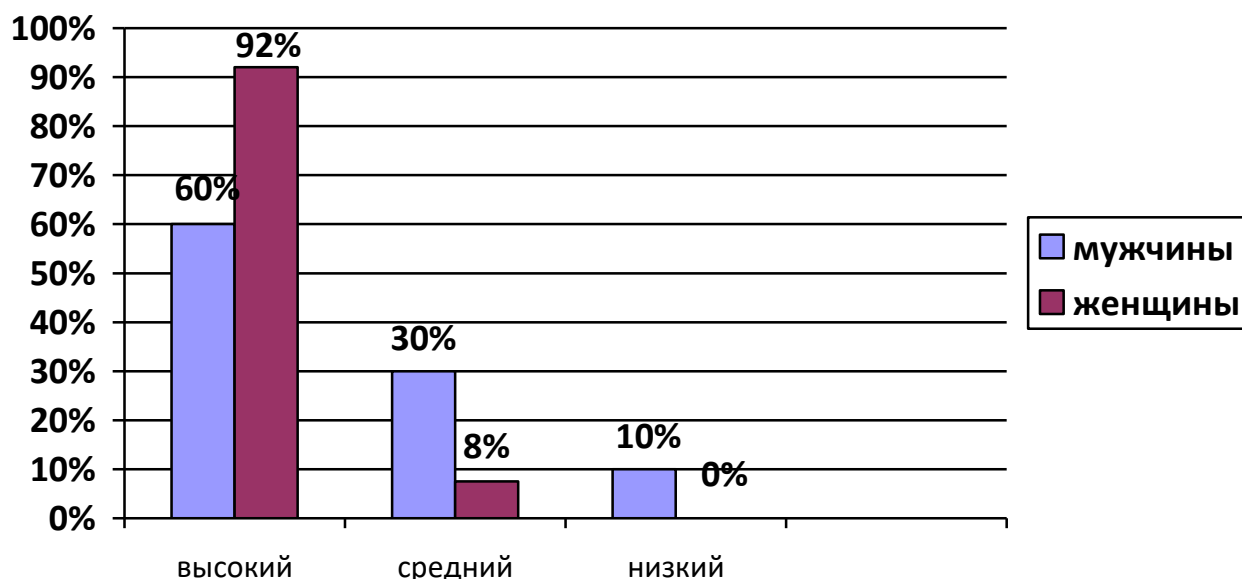


Рисунок 3 – Уровень оптимизма в группе работающих пожилых мужчин и женщин

У большинства работающих пожилых женщин выше уровень оптимизма (92%), чем у работающих мужчин (60%). У пожилых мужчин более выражен средний и низкий уровни оптимизма (30% и 10%).

Показатели пессимизма также различны у мужчин и женщин, которые не работают (рисунок 4).

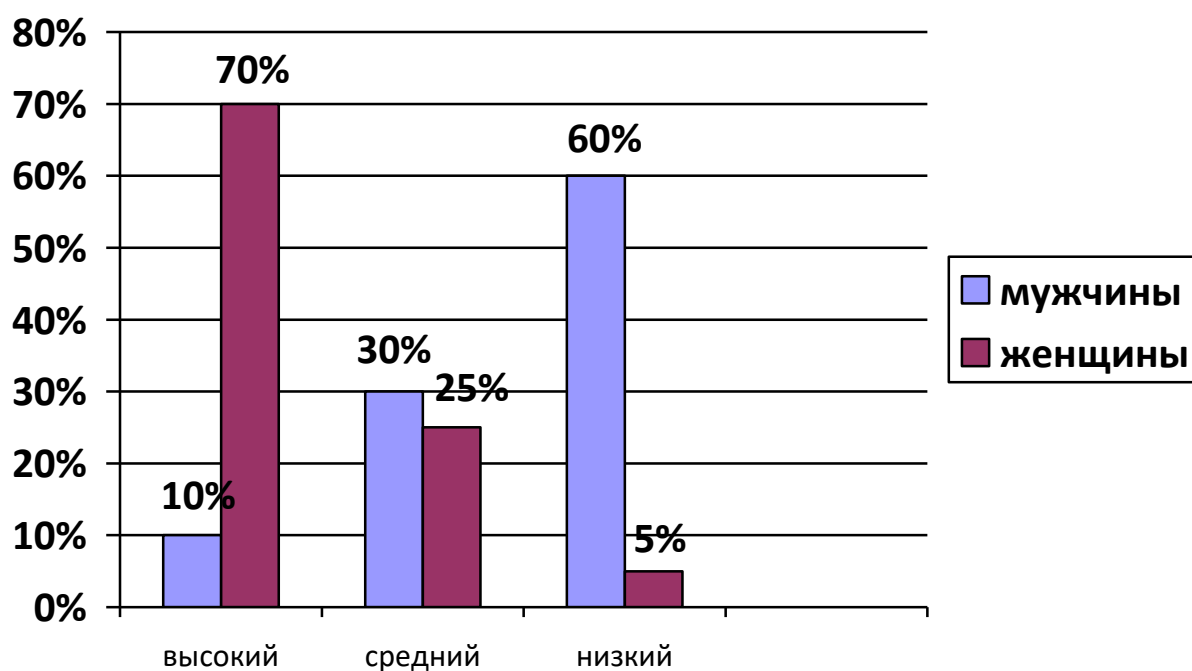


Рисунок 4 – Уровень пессимизма в группе неработающих

#### пожилых мужчин и женщин

У большинства неработающих пожилых женщин выше уровень пессимизма (70%), чем у мужчин (10%). У пожилых неработающих мужчин более выражен средний и низкий уровни пессимизма (30% и 60%), чем у женщин (25% и 5%).

Таким образом, у большинства работающих пожилых людей (97,5%) выявлено доминирование оптимизма над пессимизмом, и наоборот, у большей части опрошенных неработающих пожилых людей – доминирует пессимизм (95%).

Применение теста-опросника субъективного контроля (УСК) Дж. Роттера показало, что наблюдаются различия в проявлении интернального и экстернального локуса контроля в группе респондентов пожилого возраста (работающих и неработающих).

В группе работающих пожилых людей выявлено доминирование высокого уровня интернального локуса контроля (70%). Низкий уровень интернального контроля выявлен только у 2,5% респондентов (рисунок 5).

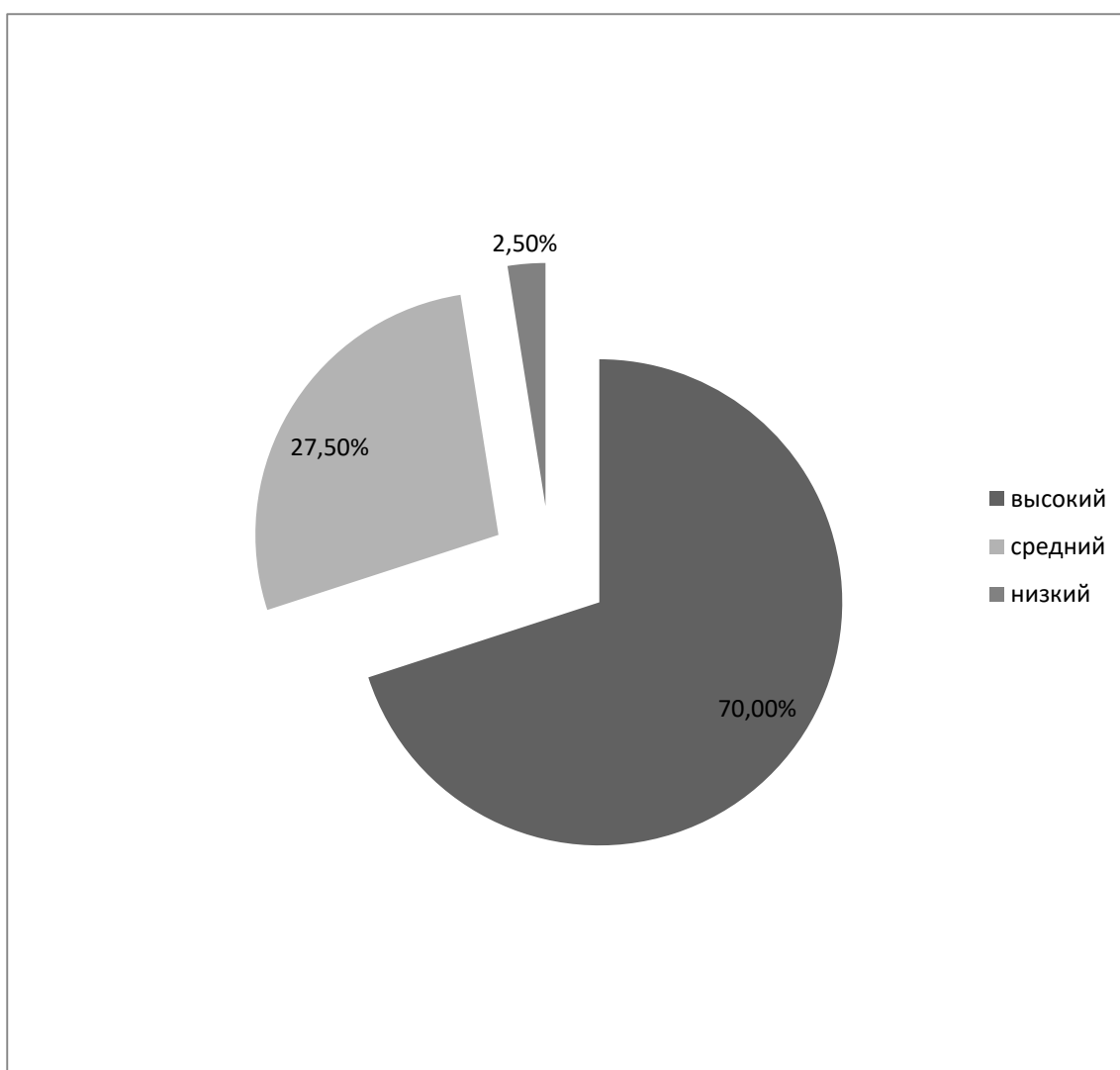


Рисунок 5 – Выраженность локуса контроля в группе работающих пожилых людей

В группе неработающих пожилых людей обнаружено доминирование экстернального локуса контроля (65% опрошенных). Низкий уровень экстернального контроля не выявлен (рисунок 6).

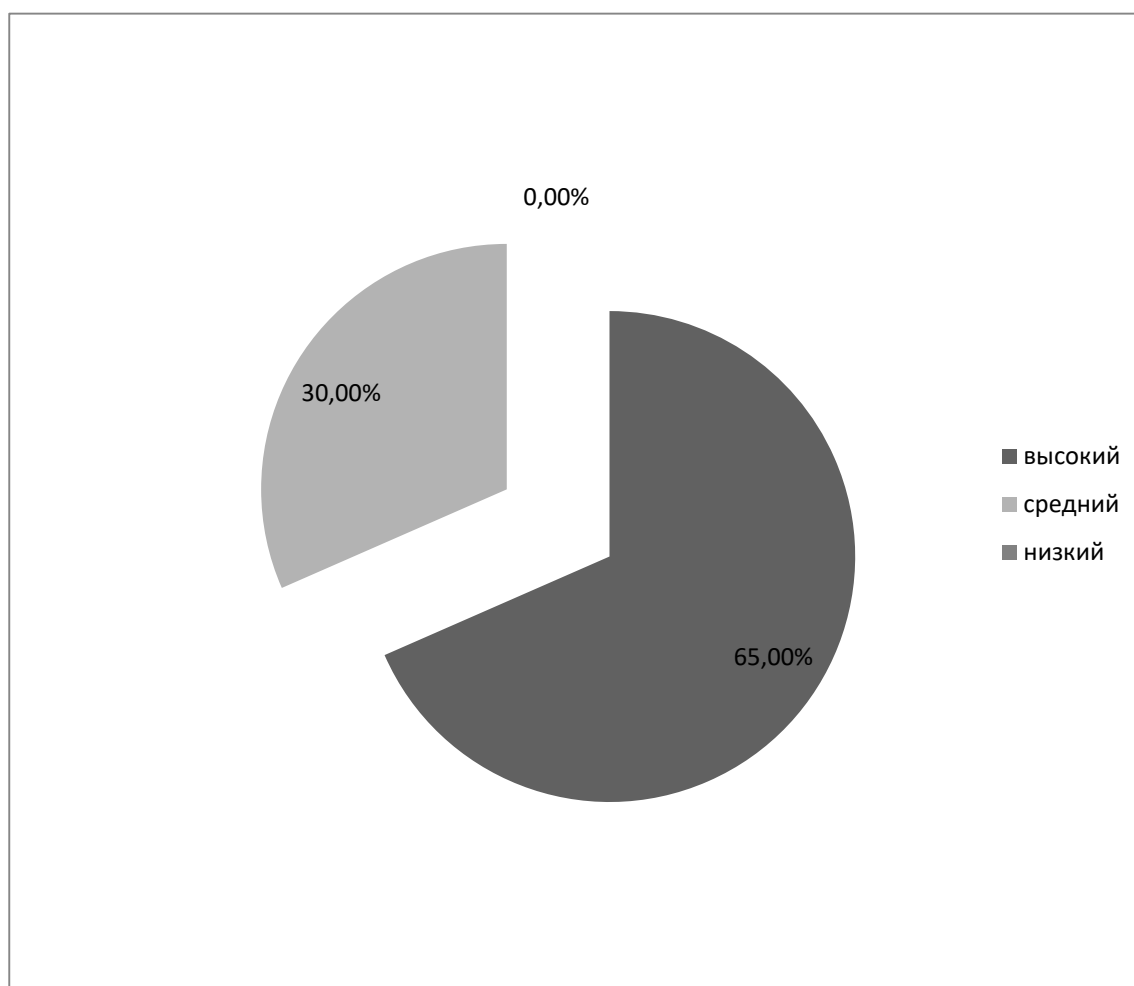


Рисунок 6 – Выраженность локуса контроля в группе неработающих пожилых людей

Таким образом, полученные результаты позволяют сделать некоторые выводы: пожилые работающие люди более оптимистично смотрят на жизнь и более склонны, чем пожилые неработающие люди, принимать на себя ответственность за собственные деяния. Они способны сделать выводы из собственных неудач и преодолевать трудности, они жизнерадостны и социально активны, общительны;

пожилые неработающие люди более склонны к проявлению экстернального локуса контроля, когда человек убежден, что его успехи или неудачи являются результатом каких-то внешних сил (везения, случайности, давления окружения, других люди). При этом они более пессимистично смотрят на мир, не имеют социально активной позиции, вину и ответственность за неудачи и проблемы перекладывают на окружающих и жизненные обстоятельства в целом;

исследование проявлений локуса контроля у пожилых людей имеет перспективы для изучения, так как направленность человека на деятельность, отношение к себе и результатов деятельности, принятие ответственности за собственную жизнь и многое другое может обуславливать в целом осмысление

прожитой жизни человеком, выстраивание отношения с родными и выбор стратегий преодоления жизненных трудностей. Это проявляется в поведении и общении, в выражении эмоций человека и характеризует уровень адаптации и социальной активности, принятия жизни, умению радоваться прожитому.

### **Список использованных источников**

1. *Абрамова Г.С.* Возрастная психология: учебник. – М.: Изд. центр «Академия», 1999. – 672 с.
2. *Слободчиков В.И., Исаев Е.И.* Психология развития человека. – М.: Школьная пресса, 2000. – 415 с.
3. *Грановская Р.М.* Элементы практической психологии. – СПб.: Речь, 2010. – 656 с.
4. *Франкл В.* Поиск смысла жизни и логотерапия // Психология личности. Тексты. – М.: Наука, 1982. – С. 14–21.
5. *Лазебная Е.О.* Локус-контроль и успешность посттравматической стрессовой адаптации / [Электронный ресурс]. – режим доступа : <http://psydialog.ru>. – Дата доступа : 15.01.2018.
6. *Яковлева С.А.* Локус контроля как фактор риска и протекции делинквентного поведения // Теоретическая и прикладная психология: традиции и перспективы: материалы III Межрег. науч.-практ. конф. / Забайкал. гос. гум.-пед.ун-т. – Чита, 2010. – С. 267–271.
7. *Краснова О.В., Лидерс А.Г.* Социальная психология старения. – М.: Академия, 2002. – 288 с.
8. *Силивоник Е.В.* Психологический аспект личности пожилого человека // Ученые записки РГСУ. Социальная педагогика и психология. – 2013. – № 2. – С. 169–174.

© *Boksha, N. A., Severin A. V., 2019*

## **MANIFESTATIONS OF LOCUS OF CONTROL IN OLDER PEOPLE**

*The article is devoted to the study of the problem of old age. The types of locus of control that dominate in the elderly are revealed. The manifestations of the control locus in the elderly are described; the relationship of optimism and pessimism with the control locus is shown.*

**Keywords:** *locus of control, types of locus of control, elderly people, optimism, pessimism.*