

# ДОСЛІДЖЕННЯ ЛОКУСУ КОНТРОЛЮ ЯК КОРЕЛЯТА ПРОФЕСІЙНОЇ УСПІШНОСТІ СПОРТСМЕНА

Гемонова Т. О., Кукурудзяк І. В.  
Львівський національний аграрний університет  
Львівський національний університет ім. І. Франка

**Анотація.** Розглянуто феномен локусу контролю, висвітлено його типологію й особливості, а також здійснено теоретико-аналітичний огляд взаємозв'язку професійної реалізації особи із типом локусу контролю. Встановлено мету, котра полягає в практичному вивченні взаємозв'язку між інтернальним та екстернальним локусом контролю та професійною спортивною успішністю. Відповідно до мети проведено емпіричне дослідження. Встановлено, що сприятливіше на професійну самоактуалізацію спортсмена впливає інтернальний локус контролю, що обумовлено особливостями загальної внутрішньої організації інтерналів.

**Ключові слова:** інтернальний локус контролю, екстернальний локус контролю, професійна успішність спортсмена.

**Анотация.** Гемонова Т. А., Кукурудзяк И. В. Исследования локуса контроля как коррелята профессиональной успешности спортсмена. Рассмотрен феномен локуса контроля, освещены его типология и особенности, а также совершено теоретико-аналитическое обозрение взаимосвязи профессиональной реализации индивида с типом локуса контроля. Установлена цель, которая состоит в практическом изучении взаимосвязи между интервальным и экстервальным локусом контроля и профессиональной спортивной успешностью. Соответственно этой цели проведено эмпирическое исследование. Установлено, что более позитивно на профессиональную самоактуализацию спортсмена влияет интервальный локус контроля, что обусловлено особенностями общей внутренней организации интерналов.

**Ключевые слова:** интервальный локус контроля, экстервальный локус контроля, профессиональная успешность спортсмена.

**Abstract.** Gemonova T., Kukurudzyak I. Research of the locus of control as correlate of professional success of sportsman. This paper considers the phenomenon of the locus of control, its typology and features and it makes the theoretical and analytical review of relationship between professional realization of the person and his type of the locus of control. It defines a goal, which is a practical study of interrelation between the internal and external locus of control and professional sports achievements. For the purpose the empirical studies conducted. The result revealed that the internal locus of control is more favorable for professional self-actualization athlete, that is due to the peculiarities of the total internal organization internals.

**Key words:** internal locus of control, external locus of control, professional progress of athlete.

**Постановка проблеми.** Спорт є ідолом для мільйонів. Любов і прихильність до спортивних зма-

гань властива абсолютно всім соціально-економічним і демографічним шарам суспільства. І пасивний спостерігач, і фанат, і безпосередній учасник спортивно-го змагання – кожен насолоджується тією або іншою

© Гемонова Т. О., Кукурудзяк І. В., 2012



формою спорту. Підґрунтям такої прихильності слугує сама природа спорту, котрий здатен задовольняти багато психологічних і фізіологічних потреб. Жодна інша діяльність не зачіпає так багато аспектів особи, як емоційних, так і фізичних [5].

Відслідковуючи популярність спорту в контексті часової динаміки, ми бачимо, що він залишається стабільно актуальним. Бурхливий розвиток спорту відбувався в ХХ ст. Цікаво відмітити той факт, що навіть у кризові періоди, такі, як перша й друга світові війни, інтерес до спорту залишався високим і, не зважаючи на значне зменшення офіційних змагань у різних країнах-учасниках конфлікту та унеможливлення проведення кількох Олімпіад (1916, 1940, 1944 – не відбулись літні олімпійські ігри і у 1940 зимові олімпійські ігри), спорт завойовував нових прихильників, широко використовуючись як антидепресивний засіб та сприяючи підняттю бойового духу.

Та все ж популярність – явище багатогранне, і, якщо вболівальники прагнуть нових вражень, то спортсмени, слідуючи їх бажанням та власним амбіціям, постійно намагаються досягнути максимуму, зробити свій виступ ефективним та видовищним. Боротьба йде за кожну соту секунди та за кожен сантиметр тощо. Такі тенденції вимагають змін тренувального процесу з урахуванням новітніх наукових досліджень та особистісних якостей спортсмена, як фізичних, так і психологічних. Варто відзначити, що у цьому тандемі особистісні якості відіграють першочергову роль як генетично-соціальний базис. Тому інтерес до вивчення особистісних особливостей особи спортсмена залишається сталим протягом останніх десятиліть. Дане ж дослідження присвячено вивченню такої індивідуальної характеристики, як локус контролю, котра, на жаль, не набула широкої популярності серед дослідників. Однак ця особистісна характеристика безперечно впливає на професійну успішність і успішність представників спортивної галузі зокрема.

Локус (лат. locus – місце) контролю (франц. controle – перевірка) – індивідуальна якість людини, яка характеризує її схильність приписувати відповідальність за наслідки своєї діяльності зовнішнім силам (екстернальний локус контролю) чи внутрішнім станам і переживанням (інтернальний локус контролю). Однак тут варто відзначити, що на практиці важко зустріти особу з полярним проявом локусу контролю, частіше мова йде про домінуючу тенденцію. Даний термін був уведений американським психологом Дж. Роттером для позначення способів приписування причинності та відповідальності за результати своєї і чужої діяльності. За його теорією, локус контролю являється стійкою соціально набутою властивістю особистості [4].

Окреслюючи характеристики локусу контролю, доцільно відмітити наступне: локус контролю – це цілісний конструкт, що детермінує адаптацію особи до діяльності. Локус контролю визначає, наскільки ефективно людина може контролювати зовнішні обставини або володіти ними. Відчуття володіння собою дозволяє особі успішніше справлятися із стресовими ситуаціями [2].

Виходячи із вищезазначеного, можна прийти до висновку, що локус контролю являється детермінантом соціальної активності особи і корелятом професійної успішності. Саме ці функції активізують інтерес до

вивчення даної якості особи і, зокрема, її дослідження щодо професійної успішності спортсменів з метою оптимізації тренувального процесу.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** На сьогоднішнє дослідження локусу контролю не набули широкомасштабності і тому дане питання не являється всебічно вивченим. З останніх досліджень, присвячених даному питанню, можна відзначити роботу Т. В. Огородова, В. Б. Токарева, спрямовану на вивчення особливостей локусу контролю хокеїстів різних вікових груп. З цією метою автори використали методику рівня суб'єктивного контролю (РСК), адаптовану для спортивної діяльності, та методику 16-PF Кеттела. Отримані дані автори піддали статистичній обробці, що дало змогу виявити найбільш вагомий взаємозв'язок між локусом контролю та іншими особистісними особливостями особи.

Даними авторами встановлено зв'язок показника інтернальності міжособових відносин (Ім) і показників «теплоти в спілкуванні» «А» ( $r=0,527$ ,  $p=0,004$ ). Для спортсменів-інтерналів у міжособових контактах характерно багатство і яскравість емоційних проявів, відвертість і готовність до співпраці в команді. Екстернали ж схильні до ригідності в діяльності і особистих установках, холодності, скептицизму і відчуженості.

Необхідно відзначити взаємозв'язки показника інтернальності в області невдач, чинника чутливості «І» ( $r=-0,742$ ,  $p=0,001$ ) і чинника «N» пряомолінійності ( $r=-0,519$ ,  $p=0,003$ ). Тобто, чим вище показник інтернальності, тим нижче показник чутливості, таким чином, спортсмени з інтернальністю і низьким показником даного чинника будуть мужніми і незалежними. При поразках вони керуватимуться реально виникаючими моментами (тут треба було правильно встати, тут треба було підставити ключку). Керуючи командою, такий гравець примушуватиме колектив працювати на практичній і реалістичній основі. Екстернальний спортсмен і з високим показником по чиннику «І» частіше проявляє слабкість, мрійливість, примхливість. При поразці звинувачуватиме зовнішні чинники (випадковість, долю). Буде схильний уповільнювати діяльність групи і порушувати її моральний настрій нереалістичним копанням в дрібницях, деталях. Також, чим вище показник інтернальності, тим нижче чинник «N», такі спортсмени повільні, консервативні, перешкоджають ухваленню командою рішень.

Автори також приходять до висновку, що якості спортивного характеру у старших хокеїстів можуть розглядатися як можлива модель особового розвитку молодих гравців [6]. Відзначимо також працю В. Б. Батоциренова, К. Г. Ердинеєвої, спрямовану на вивчення взаємозв'язків локусу контролю і адаптації особистості до управлінської діяльності. Емпіричним шляхом науковці встановили, що для лідерів-управлінців більш домінантною є тенденція інтернального локусу контролю, також вони відмічають наступне: «Інтернальний локус контролю є показником відчуття індивідом себе як активного суб'єкта власної діяльності. Інтернальність пов'язана з такими характеристиками особи, як: відповідальність, упевненість у собі, високий самоконтроль, менша схильність підкорятися тиску інших. Люди з інтернальним локусом контролю частіше чинять опір в умовах маніпулювання ними і сильніше, ніж екстернали, реагують на втрату особистої свободи.

Локус контролю – це цілісний конструкт, навколо якого згруповані взаємозв'язані параметри, що характеризують тип когнітивних стратегій, поведінкових установок Я-концепції [1]. Загалом же можна відзначити недостатність досліджень, спрямованих на вивчення особливостей впливу феномену локусу контролю на професійну діяльність спортсменів.

**Мета та завдання дослідження:** емпірично встановити взаємозв'язок між рівнем професійної успішності спортсмена і типом його локусу контролю.

Для цього необхідно попередньо розв'язати ряд **завдань**, а саме: проаналізувати теоретичні підходи та результати емпіричних досліджень, що розкривають природу та особливості інтернального та екстернального локусу контролю, підібрати вибірку із спортсменів різного кваліфікаційного рівня, які б не мали кардинальних відмінностей за рядом особистісних особливостей (вік, віросповідання, гендер), та найоптимальніші методи дослідження. Це у свою чергу має забезпечити максимальну об'єктивність отриманих даних.

**Методики дослідження:** метод аналізу документів, метод спостереження, модифікований варіант методики локалізації суб'єктивного контролю (ЛСК) С.Р. Пантілеєва, В.В. Століна, адаптований до спортивної діяльності, методика дослідження психічного пересічення А. Карстен та методика «мотиви вибору професії» (С.С. Груншпун).

**Виклад основного матеріалу.** Для найбільш повного окреслення впливу типу локусу контролю на професійну діяльність доцільно звернутись до думки нашого сучасника та співвітчизника О.О. Бандури, котрий відмічає, що «локус контролю є глибинним, стійким елементом структури саморегуляції особистості, що безпосередньо впливає на міру конструктивності її соціальної поведінки. Від міри вираженості інтернального або екстернального локусу контролю значною мірою залежить як світосприймання особистості, так і її активність. Це виявляється на всіх рівнях людського буття. Так, у інтерналів, порівняно з екстерналами, часовий простір насиченіший позитивними подіями. Тому життя інтерналів уявляється наповненим прагненнями, цілями. Така віра в себе, в життя спонукає їх до більшої пізнавальної, трудової та соціальної активності» [3].

Щодо домінування певного типу локусу контролю відносно трудової діяльності, то, опираючись на аналіз літературних джерел, можемо зазначити наступне: інтернали вище, ніж екстернали, оцінюють зв'язок продуктивності діяльності і винагороди. У трудовій діяльності інтернали більше, ніж екстернали, переконані, що старання робота веде до високої продуктивності і сприяє отриманню високої винагороди. Інтернально контрольовані працівники більше задоволені роботою, ніж екстернали. Інтернали оцінюють керівництво з погляду участі працівників в ухваленні рішень. Інтернально орієнтовані керівники частіше прагнуть використовувати переконання, а екстернально орієнтовані – примушення. Екстерналів більшою мірою влаштовує керівництво з директивним стилем управління. Керівники-інтернали демонструють пошану до професійних якостей працівників, екстернали використовують у більшості випадків свій офіційний статус.

У порівнянні з екстерналами інтернали досягають

вищого професійного статусу, вони, як правило, більшою мірою задоволені змістом роботи. У екстерналів виконання всіх видів обов'язків випереджає рівень покладання на себе відповідальності за виконання цих обов'язків, тоді як у інтернально контрольованих працівників виконання обов'язків супроводжується ухваленням особистої відповідальності за якість виконання. При цьому інтернали занижують рівень особистої відповідальності за виконання непрямих обов'язків.

Інтернально орієнтовані працівники показують високий рівень продуктивності, якщо вони працюють самостійно, самі визначають способи виконання завдання, самі ведуть облік результатів праці і здійснюють випуск кінцевої продукції. У міру збільшення частоти контролю у інтерналів падає продуктивність, а у екстерналів підвищується. Інтернали працюють гірше, якщо вони позбавлені можливості самоорганізації і самоконтролю своєї діяльності.

Вибірку респондентів даного дослідження склали дівчата-спортсменки різних некомандних видів спорту загальною кількістю 45 осіб і віком від 18 до 22 років.

У ході аналізу документації всі учасники експерименту були розділені на три підгрупи, до першої увійшли спортсменки, які протягом останнього року виявляли стабільно високі результати, до другої – ті, які виявляли амбівалентні показники, і до третьої – котрі виявляли стабільно низькі чи посередні результати (рис. 1).

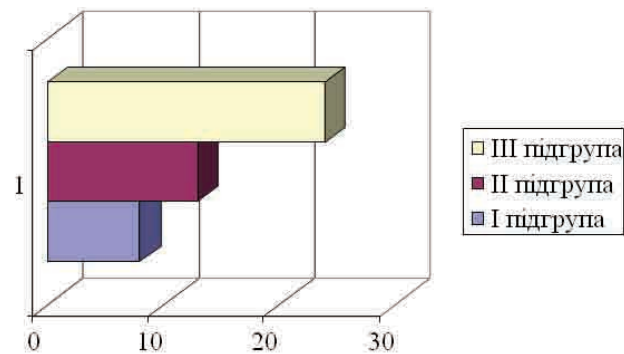


Рис. 1. Розподіл спортсменок за рівнем досягнутих результатів

За результатами використаної методики локалізації суб'єктивного контролю (ЛСК) С.Р. Пантілеєва, В.В. Століна, респонденти теж були роздиференційовані на три підгрупи: перша – особи з чітко переважаючою тенденцією інтернальності локусу контролю, друга – особи, котрим властива більш-менш широка варіабельність поведінки в залежності від конкретних соціальних ситуацій, і третя – респонденти з чітко домінуючою екстернальною спрямованістю локусу контролю. Розглянемо отриманий розподіл графічно (рис. 2):

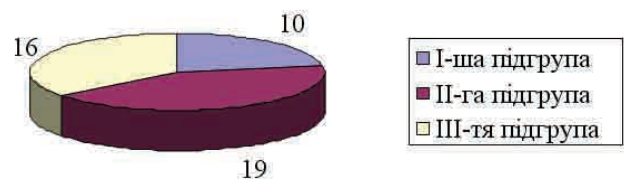


Рис. 2. Розподіл спортсменок за типом локусу контролю

У результаті проведення методики дослідження психічного пересичення А. Карстен було відмічено, що особи із домінуванням екстернального локусу контролю виявляють значно завищену толерантність щодо психічного перенасичення, ніж представники інтернальної і амбівалентної спрямованостей.

Згідно даних, отриманих за методикою «мотиви вибору професії» (С. С. Груншпун), 35,5 % респондентів вбачають в професії механізм реалізації високих соціальних домагань (відомість, високий соціальний статус тощо), 44,4 % – шлях досягнення забезпеченості та матеріального благополуччя і 13,3 % – процес самовдосконалення та особистісного розвитку.

При співставленні результатів, отриманих за даними методиками, було відмічено, що стабільно високі професійні результати більш характерні для представників з інтернальним локусом контролю – 87,5 % з представників 1-ої групи. До цієї ж групи також увійшло 12,5 % респондентів з амбівалентною спрямованістю локусу контролю. Окрім того, можна відзначити, що інтернально скеровані працівники краще сприймають монотонну роботу.

У результаті спостереження також було відмічено, що для них характерна більша наполегливість, цілеспрямованість, адекватність самооцінки, краща комунікабельність та соціальна гнучкість, а також деталізація життєвого планування.

Щодо мотивації, то 50 % представників 1-ої підгрупи (1), 63,157 % – 2-ої підгрупи (2), 40 % – 3-ої підгрупи (3) керуються досягненням матеріально спрямованих цілей, 12,5 % (1), 26,315 % (2), 46,666 % (3) – соціально реалізованістю і 37,5 % (1), 10,526 % (2), 13,333 % (3) – можливістю духовно-морального

розвитку.

**Висновки.** Отже, загалом можна відмітити сприятливий вплив інтернального локусу контролю на професійну успішність спортсменів. Це в першу чергу обумовлено особливостями внутрішньої конституції інтерналів. Однак, щодо домінуючих мотиваційних чинників відзначимо, то першочерговість займає можливість матеріальної реалізації як в першій, так і другій підгрупі. У третій підгрупі цей чинник зайняв другу позицію після соціальної реалізованості. Певною мірою засмучує, що духовно-моральне вдосконалення в усіх трьох групах зайняло останню позицію. Однак така ситуація обумовлена актуальними для нашого суспільства соціально-економічними реаліями.

Та все ж варто відзначити, що, незважаючи на користь інтернального локусу контролю як для загального, так і професійного розвитку особи, крайня його вираженість може мати вельми негативні наслідки. Так, якщо спортсмен повністю не враховує впливу оточуючих обставин, котрі йому не підвладні та перекладає всю відповідальність на себе, то в нього значно зростає ймовірність виникнення невротичних реакцій, зниження професійних результатів, розвитку професійного вигорання і навіть завершення професійної кар'єри.

**Перспективи подальших досліджень.** Доцільно відмітити, що значний процент наших респондентів характеризується екстернальним локусом контролю. Така обставина вірогідно обумовлена гендерним чинником. Тому подальші дослідження доцільно спрямувати на дослідження гендерних особливостей локусу контролю, прикладних до професійної спортивної діяльності.

### Література:

1. Батоцыренов В. Б. Локус контроля в контексте адаптации личности к управленческой деятельности / В. Б. Батоцыренов, К. Г. Эрдынеева // Вестник МГОУ : Серия «Психологические науки». – № 3. – 2007. – С. 285–290.
2. Бодров В. А. Психологический стресс: развитие учения и современное состояние проблемы / В. А. Бодров. – М. : Институт психологии РАН, 1995. – 136 с.
3. Кроки до компетентності та інтеграції в суспільство : [науково-методичний збірник] / Ред. кол. Н. Софій (голова), І. Єрмаков (керівник авторського колективу і науковий редактор), та ін. – К. : Контекст, 2000. – 336 с.
4. Степанов О. М. Психологічна енциклопедія (Енциклопедія ерудита) / О. М. Степанов. – Київ : Академвидав, 2006. – 424 с.
5. Почему спорт так популярен в мире : [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://vidabonito.ru/zdorovesport/pochemu-sport-tak-populyaren-v-mire>.
6. Огородов Т. В. Особенности локуса контроля хоккеистов различных возрастных групп : [Электронный ресурс] / Т. В. Огородов, В. Б. Токарева. – Режим доступа : <http://conf-p.narod.ru/N.5.htm>.