

**Е. К. Климова**

*Психологический центр «Успех»;  
Калужский государственный университет  
им. К. Э. Циолковского  
Калуга, Россия*

## **ПРИНЯТИЕ ОТВЕТСТВЕННОСТИ НА СЕБЯ КАК КОНСТРУКТИВНЫЙ ВИД СУБЪЕКТИВНОГО УПРАВЛЕНИЯ**

Дается научное обоснование и определение понятия «субъективное управление» как интегративного для описания самодетерминации и саморегуляции личности. Рассматриваются виды и механизмы субъективного управления. Проводится сравнительный анализ понятий «принятие на себя ответственности» и «обвинение себя».

*Ключевые слова:* ответственность, локус контроля, обвинение себя, субъективное управление, самодетерминация и саморегуляция личности.

**Elena K. Klimova**

*Psychological center "Success";  
Kaluga State University named after K. E. Tsiolkovsky  
Kaluga, Russia*

## **TAKING RESPONSIBILITY FOR YOURSELF AS A CONSTRUCTIVE KIND OF SUBJECTIVE MANAGEMENT**

The scientific substantiation and definition of the concept of “subjective management” as integrative for the description of self-determination and self-regulation of personality is given. The types and mechanisms of subjective management are considered. A comparative analysis of the concepts of “taking responsibility” and “blaming yourself” is carried out.

*Keywords:* responsibility, locus of control, self-accusation, subjective management, self-determination and self-regulation of personality.

*Введение.* Условия, факторы, приемы, механизмы развития ответственного поведения являются предметом многих научных

и практических исследований. Принятие ответственности на себя является одним из базовых аспектов личностной зрелости, важнейшим акмеологическим инвариантом профессионализма, основой благополучия личности и общества. Несмотря на многочисленные исследования в этой области, в научной литературе до сих пор встречается терминологическая путаница, в частности «ответственность» иногда определяется через «принятие на себя вины». Однако это не тождественные понятия.

*Материалы и методы.* Цель данной работы: проанализировать базовые конструкты теорий Д. Роттера и С. Розенцвейга, описывающие формы самодетерминации и саморегуляции личности; дать определение интегративному понятию «субъективное управление личности»; провести сравнительный анализ видов субъективного управления личности.

В работе использованы методы теоретического исследования: анализ, синтез, сравнение, абстрагирование; применен интегративный подход.

В современной отечественной психологии под ответственностью понимается «...специфическая для зрелой личности форма саморегуляции и самодетерминации, выражающаяся в осознании себя как причины совершаемых поступков и их последствий и в осознании и контроле своей способности выступать причиной изменений (или противодействия изменениям) в окружающем мире и в собственной жизни» [1].

Анализ данного определения «ответственности» показывает, что в его основание положено понятие «локус контроля» Д. Роттера — склонность человека приписывать причины происходящих с ним событий себе (интернальный локус контроля) или внешним факторам (экстернальный локус контроля) [2].

Как показывает психологическая практика, внутренний локус контроля не всегда основывается на чувстве ответственности, он может также базироваться на чувстве вины, и это будет по-разному проявляться в поведении человека. С. Розенцвейг описал фрустрационные реакции человека на неудачу и способы выхода из ситуаций, препятствующих удовлетворению его потребностей и осуществлению деятельности. Он выделил несколько таких реак-

ций: экстрапунитивная (внешнеобвинительная), интропунитивная (самообвинительная) и импунитивная (безобвинительная) [3].

На наш взгляд, теории Д. Роттера и С. Розенцвейга являются взаимодополняющими. Сравнительный анализ базовых понятий этих концепций позволяет нам (в соавторстве с О. А. Помазиной) для описания самодетерминации и саморегуляции личности ввести интегративное понятие — «субъективное управление личности», как более широкое, включающее в себя существенные признаки понятий «локус контроля» и «фрустрационные реакции человека».

*Результаты.* Под субъективным управлением личности мы понимаем представление человека о том, кто и как осуществляет управление его жизнью, проявляющееся в готовности управлять или не управлять своей жизнедеятельностью при помощи определенных механизмов управления.

Относительно представления человека о том, кто или что управляет его жизнью, сам человек или другие, можно выделить два вида субъективного управления (по аналогии с видами субъективного локуса контроля):

— внутренний (интернальный) — ощущение/представление о том, что человек сам управляет своей жизнью, то есть центр управления человеком находится внутри него;

— внешний (экстернальный) — ощущение/представление о том, что человеком управляют другие (люди, обстоятельства, судьба), то есть центр управления находится снаружи человека.

В субъективном управлении можно также выделить следующие механизмы управления:

— ответственность (взятие или снятие с себя ответственности за свои мысли, чувства, слова и действия);

— обвинение (поиск виновных в сложившейся ситуации).

Сочетание двух критериев — «источника управления» и «механизма управления» («кто» и «как» управляет жизнедеятельностью человека) — позволяет нам выделить четыре вида субъективного управления:

— принятие на себя ответственности;

— снятие с себя ответственности;

— обвинение себя;

— обвинение других.

Рассмотрим виды субъективного управления личности «принятие на себя ответственности» и «обвинение себя» более подробно.

Человек, принимающий ответственность на себя, ощущает себя инициатором и руководителем происходящих с ним событий. Он готов инициировать и регулировать свои мысли, чувства, слова и действия; ставить перед собой цели и достигать их, разрешать проблемные ситуации. При столкновении с проблемой он в первую очередь акцентирует свое внимание на поиске решения (задает уточняющие вопросы; спрашивает мнение собеседника, предлагает варианты решения проблемы). Он может решать проблему самостоятельно, может попросить помощи, а может делегировать полномочия другому человеку (в зависимости от оценки им ситуации).

Человек, имеющий субъективное управление «обвинение себя», ощущает себя жертвой самого себя (своей активности или пассивности, плоти, греховности). Он считает себя виновником происходящих с ним событий; склонен обвинять себя за свои чувства, мысли и действия; акцентировать внимание на своих ошибках и промахах; проявлять агрессию по отношению к себе, выражающуюся, например, в самоедстве, самобичевании. Занимая позицию жертвы, он проявляет пассивность в отношении решения проблем, поскольку тратит энергию на поиск того, почему он не может быть успешным, не может ставить и достигать цели.

*Заключение.* Сравнительный анализ видов субъективного управления показал, что только принятие ответственности на себя является конструктивной формой самодетерминации и саморегуляции личности.

Для формирования субъективного управления «принятие на себя ответственности» был разработан и прошел успешную апробацию авторский социально-психологический тренинг [4, с. 42–70]. В ходе тренинга участники осознают свой доминирующий вид субъективного управления, учатся различать в поведении виды субъективного управления, формируют у себя установку брать ответственность на себя.

### Библиографические ссылки

1. Большая психологическая энциклопедия // Словари и энциклопедии на «Академике» : [сайт]. URL: <https://psychology.academic.ru/1514/ответственность> (дата обращения: 11.06.2022).
2. *Rotter J. B.* Social learning and clinical psychology. New York : Prentice-Hall, 1954.
3. *Тарабрина Н. В.* Экспериментально-психологическая методика изучения фрустрационных реакций : метод. рекомендации. Л., 1984.
4. *Климова Е. К., Помазина О. А.* Психология успеха. Практикум по саморазвитию личности : учеб.-метод. пособие. 2-е изд., испр. и доп. Калуга : Эйдос, 2022. 288 с.