

## ТЕОРЕТИЧНІ ОРІЄНТАЦІЇ, ПРОБЛЕМАТИКА Й ОСНОВНІ РЕЗУЛЬТАТИ ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ САМОКОНТРОЛЮ В ЗАХІДНІЙ ПСИХОЛОГІЇ XX СТОЛІТТЯ

*Самоконтроль як психологічна реальність рідко потрапляє у фокус уваги сучасних вітчизняних психологів як головний предмет вивчення. Проте в контексті західної психології вже давно сформувалися своєрідні лінії дослідження цього досить складного феномену. Стаття має на меті проаналізувати особливості досліджень в означеній тематичній області, представити огляд основних результатів, дати оцінку методам діагностики і прийомам операціоналізації.*

Актуальність даного дослідження полягає у створенні нової концептуальної і фактологічної бази вивчення самоконтролю, з яким пов'язують подальший прогрес досліджень проблеми ідентичності особистості. На нашу думку, ця проблема, що так приваблює сьогодні психологів [1; 2],

певною мірою є сучасним і менш принциповим варіантом класичної проблеми саморегуляції. Однак розвиток особистісної ідентичності важко пояснити, не маючи прийнятної наукової картини саморегуляції особистості і не з'ясувавши механізмів самоконтролю її поведінки.

Самоконтроль ми визначаємо як один із компонентів психологічної структури діяльності, що характеризує міру опосередкованості суб'єктом умов успішного її виконання, досягнення цілей і виявляється в з'ясуванні й подоланні суб'єктом розбіжностей між власною діяльністю, поведінкою і набутими в досвіді еталонами щодо них [3–5]. Вітчизняними дослідниками напрацьовані окремі фрагментарні підходи до самоконтролю [3; 4; 6–11], однак, на жаль, вони вже давно перебувають на периферії уваги професійної спільноти. Інша ситуація склалася у контексті західної психології, що завжди відзначалася високою активністю в дослідженні самоконтролю, внаслідок чого сформувались своєрідні чітко окреслені лінії його вивчення. Пропонована стаття має на меті представити огляд основних результатів цих досліджень, дати оцінку методам діагностики і прийомам операціоналізації самоконтролю, щоб спрямувати вітчизняні дослідження з урахуванням цих теоретичних і емпіричних здобутків. Для цього необхідно вирішити такі завдання:

1) розглянути основні етапи у вивченні самоконтролю в західній психології; визначити специфічні риси кожного етапу як в плані концептуалізації феномену, так і в плані експериментальних стратегій його дослідження;

2) актуалізувати проблему самоконтролю для сучасних вітчизняних психологів і визначити напрями подальшого наукового пошуку в окресленій тематичній області.

На початку XX століття в західній психології проблема самоконтролю була витіснена як ненаукова, що було зумовлено впливом біхевіористичного підходу та популярності відповідних йому емпіричних прийомів. Активний інтерес до цієї проблеми з'явився наприкінці 50–60 рр. XX ст. Підґрунтям підходів до вивчення самоконтролю стала психоаналітична концепція. У прихованому вигляді в основу експериментальних досліджень цього періоду (50–60 рр.) покладено уявлення про те, що самоконтроль являє собою одну з узагальнених стійких рис особистості, котра характеризує здатність особистості до зміни, стримування, перетворення сильних потреб і мотивів у всіх життєвих ситуаціях на певному рівні. По суті, такий підхід є однією з варіацій психоаналітичної ідеї про існування особистісної структури Его.

Розуміння самоконтролю як особистісної риси, а особистості – як сукупності характеристик привело до того, що в рамках першого етапу склався переважно кореляційний підхід до вивчення самоконтролю. Основний зміст досліджень того періоду полягає у пошуках зв'язку

самоконтролю з іншими рисами особистості та надійних і валідних методів його діагностики на окресленій вище концептуальній основі.

Визначення корелятивів самоконтролю було спрямоване на вирішення конкретної практично важливої проблеми: знання яких особистісних рис достатньо для того, щоб передбачити рівень довільності поведінки в різних ситуаціях, а також міру незалежності особистості від дезорганізуючого впливу емоційно-мотиваційної сфери. Особливу увагу приділяли таким змінним, як інтелект [12], екстра-інтроверсія [13], рівень психологічної диференціації [14; 15], локус контролю [16], глибина часової перспективи [17; 18], психофізіологічні особливості [19; 20]. Найбільш достовірні результати було отримано щодо зв'язку між рівнем самоконтролю і такою рисою особистості, як екстра-інтроверсія: чим більше інтровертована особа, тим вищий рівень самоконтролю [13]. Пошуки зв'язку рівня самоконтролю з іншими рисами не дали однозначних результатів. Наприклад, одні дослідження виявили: чим вищий рівень інтелекту, тим вищий рівень самоконтролю [12; 21], а в інших цю залежність не було підтверджено [21].

У ряді досліджень встановлено, що рівень самоконтролю позитивно корелює з параметрами часової перспективи (*the future time perspective*) [12; 17; 18], або психологічного майбутнього особистості, що характеризується через сукупність планованих, очікуваних віддалених подій, позицій, станів, які особистість враховує в своїй актуальній діяльності. Було визначено, що досліджувані з глибокою часовою перспективою відзначаються кращою адаптованістю до середовища, а також розвинутим почуттям відповідальності за себе [17]. Наприклад Р. Кнаппу і Дж. Карбуту за допомогою тесту метафоричного сприйняття часу вдалося встановити, що особи з різним рівнем самоконтролю відрізняються стилем сприйняття й оцінювання часових інтервалів: особи з низьким рівнем самоконтролю використовують для опису часових інтервалів динамічні метафори й схильні переоцінювати часові інтервали, а особи з високим рівнем самоконтролю віддають перевагу статичним метафорам і оцінюють часові інтервали або точно, або недооцінюють [17].

Було отримано ряд емпіричних підтверджень наявності позитивного зв'язку між рівнем самоконтролю та загальним рівнем психологічної диференціації, тобто показниками складності та автономності психологічних елементів у структурі особистості, які теоретично обґрунтовані та операціоналізовані в концепції Уїткіна щодо залеж-

ності/незалежності від поля [14; 15]. Чим вищий рівень психологічної диференціації, що виявляється в аналітичному стилі перцепції, тим вищий самоконтроль. У серії досліджень, пов'язаних із концепцією Роттера [16] і запропонованою ним технікою вимірювання локусу контролю, було показано, що високий рівень самоконтролю передбачає впевненість особистості в тому, що хід подій можна прогнозувати та змінювати своїми власними діями. Чим вищий рівень впевненості особи в тому, що її власні дії є причиною подій, що з нею відбуваються (чим вищий рівень локусу контролю), тим вищий рівень самоконтролю [16], здатність до відкладання в часі моменту задоволення потреб [22], фрустраційна толерантність, тим повноцінніше вирішуються конфліктні ситуації [23], тим вищий контроль інтелектуальної діяльності в експериментальних умовах [24] (вища толерантність до больових подразників [25]).

У ряді непов'язаних між собою досліджень було встановлено, що люди з високим самоконтролем відзначаються відносно високим рівнем самооцінки і самоприйняття [26; 27], сильною потребою в досягненнях [28; 29], специфічністю категорій для опису «-Я» (вираженою тенденцією описувати себе в категоріях майбутніх, ще не реалізованих можливостей), почуттям власної автономності, тоді як для людей з низьким самоконтролем характерна невизначеність уявлення про себе, нестійка самооцінка, почуття залежності (виконання ролі) в контактах з іншими людьми [30].

На основі цілого ряду досліджень були зроблені висновки, що найнадійнішим показником для діагностики самоконтролю особи є фізіологічна реактивність: високому рівню самоконтролю відповідає низька реактивність [19; 20]. Однак згодом було отримано дані, що спричинили перегляд цього твердження, й індикатори фізіологічної реактивності перестали розглядатися як беззаперечні докази самоконтролю [31].

У першій дослідницькій групі, що систематично займалася вивченням самоконтролю, в складі А. Зігмана, Дж. Зингера основним методом вивчення самоконтролю слугував тест Роршаха [12; 21]. Та й до сьогодні це єдиний метод, який надає такого важливого значення самоконтролю як одному із стрижневих елементів структури особистості [32]. У тесті Роршаха показником самоконтролю є кількість відповідей про те, що досліджуваній сприймає в тестовому матеріалі фігуру людини в русі (показник *M - human movement score*) [32]. Однак у подальших дослідженнях, які мали на меті зіставлення показ-

ника *M* з іншими безпосередніми та опосередкованими показниками самоконтролю, було зроблено висновок, що показник *M* є малоспецифічним (поряд з самоконтролем він є індикатором розвитку та багатства внутрішнього життя особистості, її творчих здібностей, інтелекту), тому не може використовуватися і трактуватися як показник самоконтролю [32; 33].

У представлених вище дослідженнях для вимірювання самоконтролю застосовувалися загальні шкали оцінювання, різні опитувальники, що спершу були призначені для визначення сили Его (опитувальник Баррона, Епштайна, шкала контролю Его Блока), а також шкали інших особистісних опитувальників (шкала ратимії з опитувальника Гілфорда-Ціммермана, фактори опитувальника Кеттела, шкала імпульсивності з опитувальника Баррата), детальний аналіз методик наводиться в роботі А. Басса і Т. Пломіна [34]. У ряді досліджень використовувалися разом із загальними також і спеціальні шкали для вимірювання емоційного самоконтролю (шкала Бзежинського [35]), шкала самоконтролю над агресивними імпульсами (шкала Шульцга [36]). Було запропоновано гіпотезу, згідно з якою рівень самоконтролю можуть вимірювати деякі шкали ММРІ [36]. Ряд авторів користувалися спеціальними категоріями для оцінки оповідань за ТАТ з точки зору рівня самоконтролю [37]. Різні варіанти такого підходу, звичайно, вимагають розгляду більш загальної проблеми: чи відображається в оповіданнях за ТАТ рівень самоконтролю.

Для дослідження самоконтролю були створені також експериментальні методики: тест перцептивного опору деструкторам Дж. Струппа [21], методика пригнічення моторних реакцій А. Зігмана [12] (в цій методиці рівень самоконтролю визначається на основі креслення кола досліджуваною особою за якомога довший відрізок часу).

Таким чином, загальний аналіз досліджень окресленого періоду досить суперечливий. Можна назвати цей етап періодом пошуку особистісних корелятів самоконтролю. Міжданими різних дослідників наявні значні невідповідності щодо зв'язку самоконтролю з тими чи іншими параметрами особистості. Навіть тоді, коли мовою концептуальних змінних витворюється певна картина, вона відразу ж розпадається, коли беруться до уваги методи діагностики, на основі яких результати було отримано. Останні викликали ґрунтовні сумніви в тому, чи можна брати за основу розуміння самоконтролю як узагальненої риси особистості й створити точні діагностичні засоби його вимірювання.

Характеристикою другого етапу (60-80 рр. XX ст.) є більш системне вивчення самоконтролю: в чому полягає його специфічність, види самоконтролю, від яких чинників залежать його прояви, яким чином здійснюється навчання самоконтролю, його розвиток. Тип досліджень самоконтролю змінюється: з'являються теоретичні моделі. Жорстка система раннього біхевіоризму збагачується новими теоретичними конструктами, які охоплюють область внутрішніх психічних процесів, що дає поштовх для ряду нових підходів до самоконтролю.

Найбільше визнання серед зарубіжних дослідників отримали моделі, запропоновані Ф. Канфером та Ф. Логеном [38—40]. У цих моделях представлено типові погляди на проблему самоконтролю дослідників 1960-1980 рр. Однак є й принципова відмінність від теоретичних позицій, що визначали дослідження самоконтролю на першому етапі. З позиції психоаналітичне орієнтованих дослідників 50—60 рр. XX ст. самоконтроль є функцією стабільних та малозмінних структур особистості; протягом індивідуальної історії життя він з'являється як результат інтеграції зовнішнього соціального контролю і являє собою ситуаційно незалежну, однаково виражену в різних аспектах поведінки особистісну рису. В розумінні дослідників, що працювали в 1960—1980 рр., немає сенсу говорити про самоконтроль як рису особистості, надповедінкове утворення. Самоконтроль - це *set*, система специфічних реакцій на специфічні подразники, результат навчання. Поява самоконтролю визначається індивідуальним досвідом: силою досвіду фрустрацій, пов'язаних з відсутністю самоконтролю і досвідом позитивних підкріплень, пов'язаних з успішними діями самоконтролю. Оволодіння навичками самоконтролю відбувається в конкретному ситуативному контексті. Сформована дія переноситься з однієї ситуації до іншої за градієнтом схожості ситуацій, тому здатність самоконтролю обмежена ситуативним контекстом: особа А може краще, ніж особа Б, контролювати свою поведінку в конкретній ситуації. Це не означає, що співвідношення буде однаковим для інших ситуацій, оскільки щодо інших ситуацій індивід може не мати відповідних навичок самоконтролю. У контексті досліджень цього етапу поняття самоконтролю (*self-control*) використовується переважно біхевіористично орієнтованими фахівцями, а інші психологи застосовують для його визначення інші поняття відповідно до своїх теоретичних орієнтацій (воля, духовна структура тощо). Самоконтроль трактується як контролююча поведінка

(*behavior of self-control*), як специфічний клас оперантних дій (*operant behavior*). Для визначення самоконтролю обирають відповідні критерії: самостійне варіювання індивідом змінними, функцією яких є поведінковий акт, здійснення мало-ймовірних форм поведінки замість високоймовірних, дотримання індивідом ним же самим сформованих вимог до змін своєї поведінки: індивід сам є для себе джерелом підкріплень та покарань у разі бажаних чи небажаних змін поведінки.

У дослідженнях зазначається, що для прояву самоконтролю репрезентативними є специфічні ситуації, в яких існує конфлікт між невідкладними позитивними і віддаленими негативними наслідками поведінки або невідкладними негативними і віддаленими позитивними. У першому випадку про самоконтроль можна говорити тоді, коли індивід не тільки йде назустріч позитивному підкріпленню, а й протистоїть йому (*«resistance of temptation»* - «ситуація подолання спокуси», наприклад, куріння, вживання алкоголю); у другому випадку самоконтроль виявляється тоді, коли індивід здійснює дії, які безпосередньо призводять до негативного підкріплення (*«toleration of noxious stimulation»* - «толерантність до негативної стимуляції», наприклад, візит до стоматолога).

Провідною проблемою другого етапу є вивчення ситуаційної специфічності та лонгітюдinalної стабільності самоконтролю. Емпіричне дослідження даної проблеми здійснювалося за допомогою двох методичних прийомів: через зіставлення поведінки в різномірних експериментальних ситуаціях або в однакових, але за різних станів досліджуваної особи. Дослідники дійшли висновку, що не існує консистентності реакцій досліджуваних в експериментальних ситуаціях [40]; незначна консистентність була встановлена в когнітивних аспектах поведінки, але в цілому ці дослідження теж не довели існування в основі самоконтролю узагальненої консистентної особистісної риси. Водночас Ф. Логен відзначив, що принципово заперечити можливість формування здатності особи до самоконтролю, якому буде притаманна постійність при міжособистісному та внутрішньоособистісному порівнянні, не вдається, тому що перехід від ситуативного самоконтролю до узагальненої риси особистості залежить від рівня мотивації [40]. Ф. Логен постулював існування специфічної мотивації до самоконтролю, яка за своєю природою є подвійною. Специфічна мотивація до самоконтролю, з одного боку, полягає в особливому прагненні до самоконтролю, що являє функцію набутого страху у зв'язку з нездатністю в ряді ситуацій

оволодіти своєю поведінкою, з іншого - передбачає активуючу мотивацію антиципованих позитивних підкріплень (внутрішніх - позитивна самооцінка, редукція емоційного напруження, зовнішніх - соціальне схвалення), закріплених досвідом успішного самоконтролю.

Модель Догана підкреслює значення чинника мотивації для ефективного самоконтролю: чим вища специфічна мотивація самоконтролю, тим вища стабільність та узагальненість дій самоконтролю. Найявніший зв'язок між цими змінними підтверджують результати конкретних досліджень [40].

Більшість західних психологів, які досліджують проблеми саморегуляції, як робочу використовують модель Ф. Канфера [38; 39]. Процеси самокорекції (самоконтроль, самонагляд) представлені в ній як особливий випадок саморегуляції; вони активуються в несподіваних поведінкових наслідках: сигналах небезпеки, під час оволодіння новими формами поведінки, в ситуаціях прийняття рішень. Вирішальна роль у реалізації самоконтролю належить системі зворотного зв'язку. Зворотний зв'язок складається зі змінних, що є елементами ситуації, в якій діє особа, або зумовлені її поведінкою: колишній досвід у подібних ситуаціях, знання певних приписів, критеріїв продуктивності.

Аналіз моделей і досліджень другого етапу показує, що вивчення самоконтролю вимагає відсторонення від принципів «класичного обумовлення» та визнання свідомої активності суб'єкта, який здатен відмежуватися від минулого досвіду, сформулювати ставлення до своєї поведінки, розкрити суперечливість своїх мотивів, передбачити можливі наслідки своїх дій, виконати рішення, керуючись соціальними нормами і рішучим чином вплинути на формування власних нових атитюдів, установок, мотивів, моделей поведінки.

Третій етап вивчення самоконтролю пов'язаний із відкриттям дослідниками нової предметної області - структурних компонентів самоконтролю. Особливості третього етапу дослідження самоконтролю зумовлені активністю когнітивно орієнтованих психологів. Спеціальних цілісних підходів до самоконтролю не було створено, хоча в когнітивно орієнтованих теоріях величезну роль відводять самоактуалізації, свободі вибору, автономії суб'єкта. У результаті відбулося збагачення існуючих напрацьованих підходів різноманітними когнітивними конструктами [38-40].

В основі досліджень третього етапу покладене уявлення про процесуальний характер самоконтролю. Самоконтроль розуміють як психологічний механізм, як послідовність внутрішніх процесів, що зумовлюють прояв суспільно цінних

способів поведінки, контроль небажаних мотивів. З цієї точки зору *дії самоконтролю* є лише одним із компонентів у структурі *психологічного механізму самоконтролю*.

У вивченні процесуальних аспектів можна виокремити такі основні напрями: аналіз когнітивних механізмів самоконтролю (механізм спрямованості уваги, механізм очікування або суб'єктивної ймовірності отримання позитивного підкріплення, механізм позитивної трансформації образу винагороди) [28; 41]; дослідження емоційних механізмів самоконтролю (механізм гальмівного впливу контролюючих емоцій, механізм якості емоційних станів) [42]; дослідження чинників, що визначають рівень функціонування всієї системи регуляції поведінки [43].

У методичній організації досліджень (II—III етап) можна виділити такі варіанти побудови конкретної експериментальної ситуації.

1. Моделювання ситуації заборони з метою вивчення такої форми самоконтролю, як опір спокусі. Від досліджуваних вимагають дотримуватися певних правил (не брати якісь привабливі речі, не робити певних дій), непомітно спостерігаючи за поведінкою досліджуваних упродовж деякого періоду. Як показники самоконтролю використовують такі виміри: латентний час до порушення вимоги, кількість та тривалість порушень [44].

2. Ситуація можливості отримання додаткової винагороди разом із тією, яку запропоновано за участь в експерименті, якщо при виконанні експериментальних вимог буде досягнуто високих результатів та виконано необхідні вимоги. Як правило, умови отримання додаткової винагороди або важко досяжні, або їх досягнення є взагалі неможливим, оскільки строго контролюються експериментатором задля того, щоб усі досліджувані мали однаковий рівень продуктивності. Порушення норм, установлених експериментатором, розглядається як «обман», а кількість порушень є показником самоконтролю [29; 38].

3. Моделювання ситуації вибору між незначною, але одразу ж отримуваною нагородою, і більшою, але значно віддаленою в часі. У такій моделі поведінка пов'язана з психоаналітичним підходом, оскільки відмова індивіда від невідкладного задоволення потреб характеризує його здатність до самоконтролю [28; 29; 41].

4. Ситуація навчання на моделі передбачає обов'язкове сприйняття досліджуваним (перегляд фільму або сприйняття актуальної ситуації) соціальне небажаної поведінки іншої людини. Об'єктом аналізу виступають відображені в показниках зміни установок досліджуваних осіб, що спостерігають різні наслідки соціально не-

бажаної поведінки (винагороду, покарання або їх відсутність) [45].

5. Метод контрольованих випадків (модель аналізу поведінки тієї самої особи в різних експериментальних ситуаціях) [45].

Під час вивчення самоконтролю найчастіше досліджувалися діти. Це пояснюється тим, що в них процеси розвитку і навчання більш відкриті для зовнішнього спостереження. Крім того, діти поведуться вільніше і не можуть усвідомити суть експериментальних ситуацій, як дорослі, для яких достатньо складно організувати відповідні умови для опору спокусі або для соціальної небажаної поведінки. Уряді досліджень також було встановлено, що наявність зовнішнього контролю значно модифікує поведінку дорослої людини, тому західні дослідники дійшли висновку, що оскільки здійснюється значний контроль за поведінкою досліджуваного, то в будь-яких експериментальних ситуаціях відкриваються перш за все особливості поведінки в умовах соціального контролю. Самоконтроль як такий у дорослих можна вивчати лише за умови, коли ситуація відзначається мінімальним контролем за поведінкою, а самоконтроль представлений діяльністю, що ініціюється самою особистістю, а не є результатом підпорядкування її соціальному контролю. Забезпечення таких умов пов'язано зі значними труднощами.

Отже, можна зробити висновки щодо теоретичного та експериментального вивчення самоконтролю.

1. Аналіз досліджень самоконтролю західної психології показує, що при зверненні до результатів та висновків цих досліджень слід уважно враховувати особливості їх методичної організації, міру та форми контролю за досліджуваними, змістовну наповненість використовуваних показників, специфіку досліджуваної вибірки.

2. У контексті дослідження не завжди відкрито визначено, як саме розуміється самоконтроль: як особистісна риса, як сукупність дій чи психологічний механізм. Метаконцептуальні положення проаналізованих досліджень полягають в акцентуванні обмежених можливостей свідомого контролю суб'єкта над своєю поведінкою. Спіль-

ним для всіх варіантів пояснення самоконтролю є підкреслення «антигедоністичного» характеру свідомих форм саморегуляції, конфлікту між необхідністю декларації соціальних цінностей, норм та їх реального втілення в поведінці.

3. Загальним недоліком досліджень є відсутність надійних та валідних методів дослідження самоконтролю, що призвело до розширення проблематики і нагромадження результатів, які важко зіставити. На основі проведених досліджень виявилось неможливим з'ясувати, в чому полягає сутність самоконтролю як риси особистості. **Однак можна зробити висновок, що особистість з високим самоконтролем характеризується інтроверсією, вищим рівнем інтелекту та психологічної диференціації, глибшою часовою перспективою, володіє почуттям контролю над своїм оточенням, поточними подіями, відзначається більшою адаптованістю до соціального середовища, потребою в досягненнях, вищою самооцінкою і, ймовірно, стабільністю фізіологічних змінних.**

В історії західних досліджень самоконтролю спостерігається поступовий відхід від інтегрального підходу на першому етапі до мікроаналізу, розкриття взаємодії структурних та процесуальних аспектів самоконтролю, його психологічного змісту на другому і третьому етапах. Для повноти наукового аналізу необхідно ввести в сферу теоретичного та експериментального вивчення особливості реалізації і формування самоконтролю в спілкуванні, оскільки поведінка людини є складним комплексом соціальної діяльності — спілкування, практичної взаємодії з людьми в різних соціальних структурах. Очевидно, що з'ясування характеру самоконтролю в спілкуванні потребує врахування таких чинників, як соціальна взаємодія, соціальні впливи, групові норми, соціальний контроль, соціальне схвалення, взаємний розподіл відповідальності. Однак щодо соціальної детермінації самоконтролю та особливостей самоконтролю в спілкуванні даних украї недостатньо. Як свідчить проведений аналіз, проблема самоконтролю буде складною й малодослідженою і для науковців початку ХХІ століття.

1. Эрикссон Э. Идентичность: юность и кризис: Пер. с англ.— М.: Прогресс, 1996.—344 с.
2. Идентичность: Хрестоматия / Сост. Л. Б. Шнейдер.— М.: Изд-во Московского психолого-социального института; Воронеж: НПО «МОДЕК», 2003.— 272 с.
3. Влияние обратной связи на самоконтроль личности в общении.— Автореферат дисс. ...канд. психол. наук.— М., 1987.— С. 20.
4. Исследование самоконтроля как профессионально значимого качества педагога // Ориентация молодежи на педагогическую профессию: Тезисы научно-практической конференции - Полтава, 1987.—С. 105-106.

5. Коpecь Л. В., Гордієнко В. І. Закономірності просоціальної поведінки особистості та проблема прогнозування професійного успіху // Наукові записки НаУКМА.— Том 7.— К.: Видавничий дім «КМ Academia», 1999.—С. 58-65.
6. Конопкин О. А. Психологические механизмы регуляции деятельности.— М.: Наука, 1980.— 256 с.
7. Никифоров Г. С. Самоконтроль как механизм надежности человека-оператора.—Л.: Изд-во ЛГУ, 1977.— 112 с.
8. Никифоров Г. С. Теоретические вопросы самоконтроля // Психологический журнал- 1985- № 5.- С. 19-31.
9. Цурковський Я. І. Теорія і практика дослідження контрольних психічних процесів у спортсменів // Ученые записки

- Львовского института физической культуры.—Львов, 1958.— Вып. 3.— С. 256-322.
10. Цурковский Я. И. Попытка начертания основ теории психической контрольное™ // Тезисы научных сообщений советских психологов к XXII Международному психологическому конгрессу- Часть II.- М: Наука, 1981.- С. 24-25.
  11. Чеснокова И. И. Проблема самосознания в психологии.- М: Наука, 1977.- 144 с.
  12. Siegman A. W. The relationship between future time perspective, time estimation and impulse control in a group of young offenders and in control group // Journal of Consulting and Clinical Psychology.- 1970.- Vol. 26.- № 4.- P. 430-431.
  13. Eysenck H., Rachman S. Neurosen-Ursachen und Heilmethoden. Einführung in die moderne Verhaltenstherapie.- Berlin: Deutscher Verlag der Wissenschaften, 1968.- 290 s.
  14. Witkin H. A. Psychological differentiation and form of pathology // Journal of Abnormal and Social Psychology.- 1965.- Vol. 70.- № 5.- P. 317-336.
  15. Witkin H. A., Dyk R. B., Faterson H. R., Goodenough D. R., Karp S. A. Psychological differentiation, studies of development.- New York: J., 1962-418 p.
  16. Hersch P. D., Scheibe K. E. Reliability and validity of internal - external control as personality dimension // Journal of Consulting and Clinical Psychology.- 1967.- Vol. 31.- № 6.- P. 609-613.
  17. Lessing E. E. Demographic development and personality correlates of future time perspective (FTP) // Journal of Personality.- 1968.- Vol. 36.- № 2.- P. 183-201.
  18. Stein K. B., Sarbin T. R., Kulik J. A. Future time perspective: its relation to the socialization process and the delinquent role // Journal of Consulting and Clinical Psychology.- 1968.- Vol. 32.- № 3.- P. 257-264.
  19. Epstein S. Toward a unified theory of anxiety // Progress in Experimental Personality Research.- Vol. 4 / Ed by Mäher B. A.- New York: Academic Press, 1967.- P. 2-90.
  20. Speisman J. C., Lazarus R. S., Davidson L., Mordcoff A. M. Experimental analysis of film used as a threatening stimulus // Journal of Consulting and Clinical Psychology.- 1964.- Vol. 28.- № 1.- P. 23-33.
  21. Singer L. J. Delayed gratification and ego-development: implications for clinical and experimental research // Journal of Consulting and Clinical Psychology.- 1955.- № 19.- P. 259-266.
  22. Shybut J. Internal versus external control, time perspective and delay gratification of high and low ego strength groups // Journal of Consulting and Clinical Psychology.- 1970.- Vol. 26.- № 4.- P. 430-431.
  23. Butterfield E. C. Locus of control test anxiety reactions to frustration and achievement attitudes // Journal of Personality.- 1964.- Vol. 32.- № 3.- P. 355-370.
  24. Glass D. C., Singer J. L., Friedman L. N. Psychic cost of adaptation to environmental Stressor // Journal of Personality and Social Psychology.- 1969.- Vol. 12.- № 3.- P. 200-210.
  25. Bowers K. S. Pain, anxiety and perceived control // Journal of Consulting and Clinical Psychology.- 1968.- Vol. 32.- № 5.- P. 596-602.
  26. Bloock J., Thomas H. Is satisfaction with self measure of adjustment? // Byrne D., Hamilton M. L. Personality research. Eglewood Cliffs-New Jersey; Prentice Hall, 1966.- P. 366-374.
  27. Loney J. The relationship between impulse control and self-esteem in schoolchildren // Psychology in school.- 1974.- № 11.- P. 462-466.
  28. Mischel W. Theory and research on the antecedents of self-imposed delay reward // Progress in experimental personality research.— Vol. 3 / Ed. by Mäher B. A.- New York: Academic Press.- 1966.- P. 85-132.
  29. Mischel W., Gilligan C. Delay of gratification, motivation for the prohibited gratification and responses to temptation // Journal of Abnormal and Social Psychology.- 1964.- № 69.- P. 411-417.
  30. Winter S. K., Griffith S. C., Kolb D. A. Capacity for self direction // Journal of Consulting and Clinical Psychology.- 1963.- Vol. 32.- № 5.- P. 35^1.
  31. Fraczek A., Kofta M. Frustracja i stres psychologiczny // Psychologia/Podred. T. Tomaszewskiego.-Warszawa: PWN, 1975.- S. 628-678.
  32. Бурлачук Л. Ф. Исследование личности в клинической психологии (на основе метода Роршаха).- К.: Вища школа, 1979.- 174 с.
  33. Shapiro D. A perceptual understanding of color response // Rickers-Owsiankina M. A. Rorshach-Psychology.- New York; Wiley, 1960.- P. 154-201.
  34. Buss A. H., Plomin T. R. A temperament theory of personality development.- London, Wiley, 1975.- 256 p.
  35. Brzezinski J. Etapy konstruowanie kwestionariusza osobowosci // IISanocki W. Kwestionariusze osobowosci w psychologii.-Warszawa: PWN.- 1976.- S. 269-312.
  36. Butcher J. N. Manifest aggression: MMPJ correlates in normal boys // Journal of Consulting and Clinical Psychology.- 1965.- Vol. 29.- № 5.- P. 446-454.
  37. Rosenwald G. C. The relation of drive discharge to the enjoyment of humor // Journal of Personality.— 1964.— Vol. 32.- № 4.- P. 682-693.
  38. Kanfer F. H. Influence of age and incentive condition on children's self rewards // Psychological reports.- 1966.- № 19.- P. 263-254.
  39. Kanfer F. H., Karoly P. Self-control: A behavioristic excursion into the lions den // Behavior therapy.- 1972.- Vol. 3.- № 3.- P. 398^16.
  40. Logan F. A. Self control as habit, drive and incentive // Journal of Abnormal and Social Psychology.- 1973.- № 81.- P. 127-136.
  41. Mische! W., Staub E. Affect of expectancy on working and waiting for larger rewards // Journal of Personality and Social Psychology.- 1965.- № 2.- P. 625-633.
  42. Salz G., Epstein S. Thematic hostility and guilt responses as related to self-reported hostility, guilt and conflict // Current research in motivation / Ed. by Haber R. N.- New York: Renhart a Winston, 1966.- P. 625-638.
  43. Zimbardo Ph. The human choice: individuation, reason and order versus deindividuation, impulse and chaos // Nebraska Symposium on Motivation.- Lincoln: Univ. of Nebraska Press 1969.- P. 237-307.
  44. Aronfreed J. Conduct and conscience. The socialization of internalized control over behavior.— New York - London: Academic Press, 1968.- 405 p.
  45. Bandura A., Perloff B. Relative efficiency of self monitored and externally imposed reinforcement systems // Journal of Personality and Social Psychology.- 1967.- № 7.- P. 111-116.
  46. Burchard J. D. A methodology for conducting an experimental analysis of cheating behavior // Journal of Experimental Child Psychology.- 1970.- №. 10.- P. 146-158.

L. Kopets

## THEORETICAL ORIENTATIONS, PROBLEMS AND MAIN RESULTS OF EXPERIMENTAL FOREIGN RESEARCHES OF SELF-CONTROL IN 20th CENTURY

*The self-control is crucial process for development of personality, an important determinant of individual identity. The modern Psychology has faced serious difficulties in explanation and exploration of the self-control. The article deals with analysis of the theoretical problems of many lines of investigation, discuss the history, subjects and methods of psychological researches of self-control. The basic idea of the article ~ to conceptualize the achievements of psychological researches of self-control in the frame of the new modern paradigm of personal identity. The article presents principles, methods and models, which provide positive tendency for future researches.*