

Lócus de controle

Externo e interno



F1M2
T002

Este documento e seus registros têm caráter fragmentar e didático-vivencial, ou seja, seu conteúdo é instrumento complementar de atividades vivenciais, cuja eficiência se dá no encontro entre *facilitador* e *fruitivo*. Não se constitui em recurso avaliativo para quaisquer demais propósitos.

Nome:

Data:

O controle interno (lócus de controle interno) refere-se à disposição de atribuir a si mesmo algum controle sobre os próprios esforços, por exemplo, aquele aluno que considera que foi bem em seu exame porque estudou muito e aprendeu bem a matéria. O controle externo (lócus de controle externo) contempla aquelas pessoas que creem que seus esforços não estão sujeitos a um controle pessoal, sendo melhor controladas pela sorte, pela fortuna, o destino ou outras pessoas consideradas como poderosas. Por exemplo, outro aluno considera que foi bem no exame porque o exame estava fácil.

Dependendo da história passada de reforços, uma pessoa apresentará uma atitude tendendo para um Lócus de Controle Interno ou Externo.

Esta definição conduz-nos à ideia de que o indivíduo enfrenta seu meio-ambiente com uma percepção advinda de suas próprias crenças (de mais interna ou mais externa), de acordo com a escolha em aceitar ou não a responsabilidade de suas próprias ações.

Um sujeito que possui Lócus de Controle Interno entende que tem controle sobre sua vida e que os resultados de seu trabalho e esforço lhe são gratificantes. Ao contrário, pessoas com Lócus de Controle Externo consideram que suas vidas estão determinadas pelo azar, o destino ou o poder de outros e que os resultados distribuem-se mais ou menos aleatoriamente, com conclusão de que não há maiores relações entre as próprias ações e suas conseqüências.

Para se sentir competente perante a vida pessoal e profissional é preciso sentir que se tem algum controle sobre a própria vida. Isso requer que se esteja disposto a assumir a reponsabilidade pelas ações e omissões.

Autocontrole vem de autoestima e autoestima não é um presente que se pode receber de qualquer outra pessoa. É gerada interiormente. Ficar sentado, esperando uma autoestima saudável é condenar-se a uma vida de frustrações. Depende única e exclusivamente de cada um.

O adulto não delega responsabilidade de seu comportamento. Ele age e faz acontecer, não deixando para outras pessoas o que é de sua competência. Comemora o seu sucesso e busca a continuidade dele. Em relação aos seus erros, assume a responsabilidade em corrigi-los, aprendendo com eles.

Texto extraído e adaptado para fins didáticos da obra "A Nova tecnologia do sucesso" de Steve Andréas e Charles Faulkner (Neolinguística).

