

Борисова Мария Борисовна
студент факультета психологии
Белгородский государственный национальный
исследовательский университет, г.Белгород, Россия
Borisova M.B., Psychology Faculty student
Belgorod State National Research University, Belgorod, Russia

Научные руководители:
Scientific supervisors:
Доронина Наталья Николаевна,
доцент кафедры возрастной и социальной психологии
Белгородский государственный национальный
исследовательский университет, г. Белгород, Россия
Doronina N. N., Associate Professor
of the Department of Developmental and Social Psychology,
Belgorod State National Research University,
Belgorod, Russia

Зиборова Елена Игоревна,
доцент кафедры возрастной и социальной психологии
Белгородский государственный национальный
исследовательский университет, г.Белгород, Россия
Ziborova E.I., Associate Professor of the Department of Developmental
and Social Psychology, Belgorod State National Research University
Belgorod, Russia

ВЛИЯНИЕ СТРЕССА НА МОТИВАЦИЮ ОБУЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ THE INFLUENCE OF STRESS ON STUDENTS' LEARNING MOTIVATION

Аннотация: работа посвящена проблеме влияния стресса на мотивацию обучения студентов. Выявлено, что стресс влияет на мотивацию обучения студентов.

Abstract: The work is devoted to the problems of personal stress on the motivation of students' learning. It was revealed that stress affects students' learning motivation.

Ключевые слова: стресс, мотивация, мотивация обучения, студенты.

Keywords: stress, motivation, learning motivation, students.

В современном мире большинство людей так или иначе сталкиваются с проблемой мотивов и мотивации. Остро данная проблема проявляется в учебной деятельности, особенно во время студенчества. Стоит учитывать непосредственные факторы формирования позитивной и негативной мотивации. Таким фактором может выступать стресс, оказывающий влияние на формирование мотивации обучения. Стоит отметить, что с данным феноменом в современных реалиях сталкивается большое количество людей независимо от возраста, что и определяет одну из проблем в психологии.

Тема влияния стресса на мотивацию до сих пор слабо изучена, однако множество выдающихся психологов посвятили работы изучению стресса и мотивации. Внесли свой вклад Г. Селье [8], Л.А. Китаев-Смык [5], Е.Н. Водопьянова [2] и др., придающие большое значение исследованию состояния стресса. Проблема мотивации, в том числе и учебной, изучалась такими психологами как А. Маслоу [6], Л.Б. Ительсон, Т.О. Гордеева [3] и др.

Цель статьи – представить анализ исследования характера влияния стресса на мотивацию обучения студентов.



Методики исследования: шкала психологического стресса PSM-25 (Лемур-Тесье-Филлион, в адаптации Н. Е. Водопьяновой), шкала академической мотивации (Т.О. Гордеева, О.А. Сычев, Е.Н. Осин). В качестве статистического критерия применялся Н-Крускала-Уоллиса в программе статистического анализа STADIA. Исследование проводилось в НИУ «БелГУ», выборку составили 40 испытуемых студентов 1 курса.

Приступим к обсуждению полученных результатов эмпирического исследования. Исследование уровня стресса у студентов показало, что высокий уровень выражен у 25% испытуемых, то есть каждый четвертый студент из исследуемой группы испытывает высокий уровень стресса (рис. 1). Важно отметить, что стресс может иметь негативное влияние на физическое и психическое здоровье, а также на академическую успеваемость студентов.

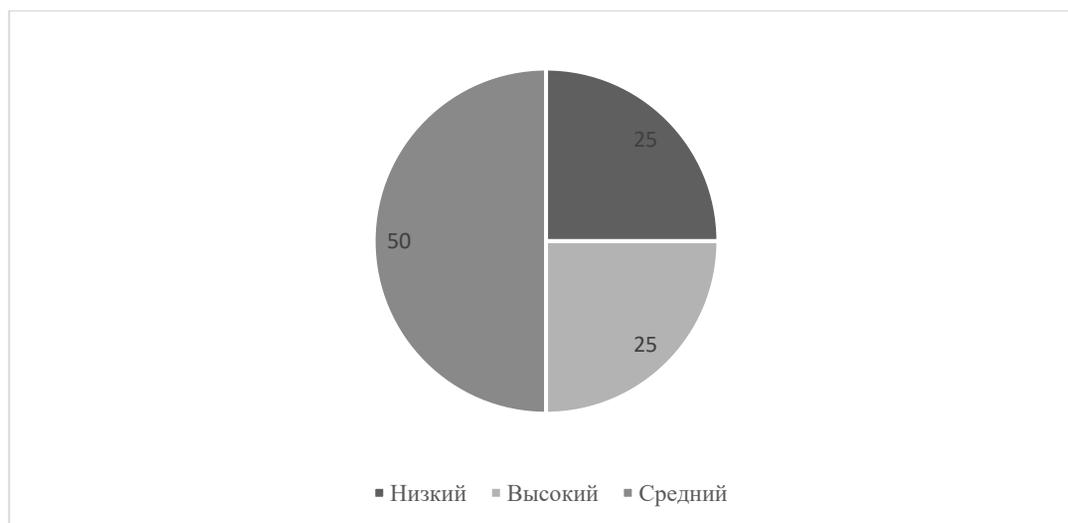


Рис. 1. Распределение студентов по уровню стресса (%)

Проведенное тестирование позволяет нам констатировать преобладание среднего уровня стресса. При этом процент студентов с высоким уровнем стресса аналогичен проценту студентов с низким уровнем стресса.

Результаты исследования оценки типов мотивации представлены на диаграмме (рис.2)

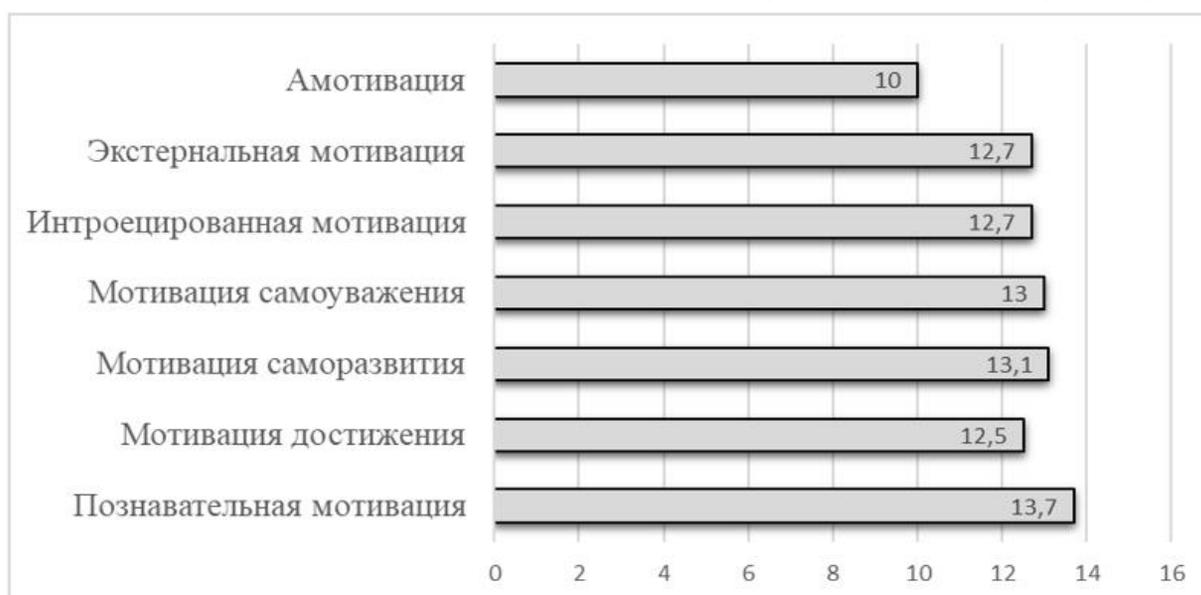


Рис.2. Выраженность типов учебной мотивации студентов (ср. б.)



Анализ данных позволил нам констатировать следующее: доминирующим типом мотивации учебной деятельности студентов данной группы является познавательная мотивация ($Mx=13,7$), что свидетельствует о стремлении узнать новое, понять изучаемый предмет, связанный с переживанием интереса и удовольствия в процессе познания. Наименее выражена в данной группе студентов амотивация ($Mx=10$), то есть отсутствие внутренней мотивации деятельности, что указывает на относительную осмысленность учебной деятельности. При этом мы можем увидеть неплохие результаты и в иных шкалах. Студентам свойственно стремление стараться во время учебной деятельности, а также испытывать удовольствие в процессе решения задач, о чем говорит шкала «Мотивации достижения» ($Mx=12,5$). Шкала саморазвития ($Mx=13,1$) аналогичным образом показывает, что студенты заинтересованы и в развитии своих способностях в рамках учебной деятельности. При этом прилагаемые усилия могут определяться повышением самооценки посредством достижений успехов в учебе исходя из шкалы «самоуважения» ($Mx=13$). Стоит отметить, что шкалы экстернальной и интроецированной мотивации имеют одинаковые показатели ($Mx=12,7$), свидетельствующие как о желании учиться, обусловленным чувством долга перед собой или иными значимыми людьми, так и о вынужденной учебе, исходящей из следования требований социума. Мы можем проследить очевидную направленную учебную деятельности. Студенты независимо от внутренних переживаний или иных стресс-факторов заинтересованы в познавательной деятельности.

Для выявления влияния стресса на мотивацию обучения у испытуемых студентов мы соотнесли данные, полученные в ходе тестирования по всем методикам и разделили испытуемых на три группы по уровню выявленного стресса (низкий, средний, высокий). Рассмотрим выраженность показателей мотивации студентов в зависимости от уровня стресса (Таблица 1).

Таблица 1

Соотношение типов учебной мотивации студентов и уровня стресса

Типы мотивации	Уровень стресса, ср.б.			$H_{эмп}$
	низкий	средний	высокий	
Познавательная мотивация	14,3	14,1	12,3	0,027*
Мотивация достижения	12,8	12,6	12	0,029*
Мотивация саморазвития	14,6	13	11,6	0,025*
Мотивация самоуважения	13,6	12,95	12,6	0,024*
Интроецированная мотивация	12,5	12,45	13,5	0,023*
Экстернальная мотивация	10,1	12,85	14,9	0,024*
Амотивация	7	10	13	0,012*

Примечание: *- $p \leq 0,05$; **- $p \leq 0,01$

Как мы можем увидеть из таблицы 1, выражены различия в типах мотивации у студентов с разным уровнем стресса на достоверном уровне статистической значимости $p \leq 0,05$, следовательно стресс влияет на все типы мотивации.

Исходя из данных исследования, можно сделать следующие выводы о том, как проявляются различные виды мотивации при разном уровне стресса:

Познавательная мотивация при высоком уровне стресса проявляется наименее ярко ($Mx=12,3$), что может указывать на то, что интерес к новым знаниям и исследованиям снижается в стрессовых ситуациях.



Мотивация достижения ослабляется при высоком уровне стресса ($Mx=12,0$), что может свидетельствовать о снижении желания достигать поставленных целей и результативности в стрессовых условиях.

Мотивация саморазвития также уменьшается ($Mx=12,0$) что может свидетельствовать о том, что стремление к личностному росту и улучшению себя становятся не актуальными при стрессе.

Мотивация самоуважения проявляется наиболее стабильно при разном уровне стресса, что говорит о стремлении доказать себе свою эффективность как успешного деятеля, обладающего компетентностью, способного и достойного уважения, остается актуальным даже в стрессовых ситуациях.

Экстернальная мотивация проявляется наиболее ярко при высоком уровне стресса ($Mx=14,9$), что может указывать на то, что внешние факторы и стимулы начинают играть более значимую роль в мотивации в условиях стресса.

Амотивация также повышается при высоком уровне стресса ($Mx=13,0$), что может говорить о том, что недостаток мотивации и интереса к деятельности проявляется особенно сильно в стрессовых условиях.

Результаты нашего исследования и статистическая обработка данных позволили нам подтвердить гипотезу на достоверном уровне статистической значимости – стресс влияет на мотивацию.

Таким образом, у респондентов с высоким уровнем стресса выявлено наименьшие значения познавательной мотивации, мотивации достижения, мотивации саморазвития, мотивации самоуважения и интроецированной мотивации. А также более выражены экстернальная мотивация и амотивация.

Также стоит отметить, что уровень стресса имеет разное воздействие на типы мотивации у индивидов, что может быть важным при разработке стратегий поддержки учебной мотивации. Поэтому необходимо разработать программы и мероприятия по снижению уровня стресса среди студентов, чтобы повысить их благополучие и успешность в учебе.

Список литературы:

1. Апасова, Е.В. Учебная мотивация: разработка методического инструментария / Е.В. Апасова, Н.В. Кочетков., И.Ю. Кулагина и др., М.: НИЦ ИНФРА-М, 2024 – 183с.
2. Водопьянова, Е.Н. Психодиагностика стресса. / СПб.: Питер, 2009. – 336с
3. Гордеева, Т.О. Психология мотивации достижения. / М.: Смысл, 2015. – 370с
4. Доронина, Н.Н., Ткачев В.Н. Сравнительный анализ учебной мотивации студентов вуза // Научные ведомости Белгородского государственного университета. Серия: Гуманитарные науки. 2014. Т. 23. № 20 (191). С. 217-224.
5. Китаев-Смык, Л.А. Психология стресса /М.: Академический Проект, 2020. – 943с
6. Маслоу, А. Х. Мотивация и личность / пер. с англ. / Т. Гутман, Н. Мухина, СПб.: Питер, 2019. – 400с
7. Петерсон, Л.Г. Самоопределение и мотивация./ Л.Г Петерсон., Ю.В. Агапов, М.: Ювента, 2013. – 64с
8. Селье, Г. Стресс без дистресса / М.: Прогресс, 1982.-127с

