

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ
Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Балашовский институт (филиал)

Кафедра педагогики и психологии

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

**ВЗАИМОСВЯЗЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ И
МОТИВАЦИИ ДОСТИЖЕНИЯ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ**

студентки 4 курса 41к группы
направления подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»,
профиля «Практическая психология образования»,
психолого-педагогического факультета
Кудишкиной Татьяны Александровны

Научный руководитель

Доцент кафедры педагогики и психологии,
кандидат педагогических наук,

доцент _____ М.А. Лученкова

(подпись, дата)

Зав. кафедрой педагогики и психологии

кандидат психологических наук,

доцент _____ О.В. Карина

(подпись, дата)

Балашов 2020

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. Многочисленные изменения современного общества оказывают непосредственное влияние на психологическое здоровье подрастающего поколения, провоцируя развитие социального стресса, неврозов, депрессивного состояния. Нахождение в условиях постоянной внутренней напряженности и давления со стороны факторов внешней среды требуют наличия таких личностных качеств, которые способствовали бы благоприятной адаптации в обществе, успешному преодолению жизненных ситуаций, активизации потенциала человека, осуществлению успешной деятельности, достижению поставленных целей. К таким качествам относятся психологическая жизнестойкость и мотивация достижения.

Психологическая жизнестойкость – это целостная система убеждений о себе, о мире и отношениях с окружающим миром. Она включает три компонента: *вовлеченность* - позиция на участие в происходящих событиях; *контроль* - установка на активность и выбор своего жизненного пути, и *принятие риска* - установка по отношению к новым ситуациям, благодаря которым можно приобрести новый опыт. Психологическая жизнестойкость определяет способность личности справляться со стрессовыми ситуациями, не снижая качество выполняемой деятельности. Но инициативность и успешность действий человека определяются также силой мотивации, направленной на достижение.

Изучение мотивации достижения представляет собой большой интерес как для зарубежных психологов (Д. Аткинсон, Д. Макклелланд, Х. Хекхаузен и др.), так и для отечественных психологов (Т.О. Гордеева, М.Ш. Магомед-Эминов и др.). Понятие психологической жизнестойкости личности также привлекает внимание исследователей (Д.А. Леонтьев, Л.А. Александрова, Е.И. Рассказова и др.).

Развитие психологической жизнестойкости и повышение мотивации достижения у представителей юношеского возраста важно для поддержания оптимального психологического здоровья юношей и девушек, особенно в

период завершения обучения в старшей школе. Это связано с тем, что данный период характеризуется высоким уровнем напряженности и интенсивности, т.к. учащиеся сталкиваются с необходимостью тщательной подготовки и прохождения итоговой аттестации, а также непосредственного профессионального самоопределения и выбора дальнейшего жизненного пути после окончания обучения в школе. Поэтому мы выдвинули **цель:** изучить взаимосвязь психологической жизнестойкости и мотивации достижения в юношеском возрасте и апробировать программу развития этих качеств в данный возрастной период.

Объект исследования: психологическая жизнестойкость и мотивация достижения юношей и девушек.

Предмет исследования: особенности взаимосвязи психологической жизнестойкости и мотивации достижения в юношеском возрасте.

Гипотеза: предположим, что существует взаимосвязь психологической жизнестойкости и мотивации достижения в юношеском возрасте.

Задачи исследования:

1. анализ проблемы психологической жизнестойкости личности в психологической литературе;
2. выявление особенностей феноменов «мотив», «мотивация», «мотивация достижения»;
3. характеристика психологических особенностей юношеского возраста;
4. эмпирически доказать существование взаимосвязи психологической жизнестойкости и мотивации достижения в юношеском возрасте;
5. осуществить итоговый анализ, полученных в ходе исследования данных.

Теоретико-методологическая основа исследования:

- концепция психологической жизнестойкости С. Мадди, Д.А. Леонтьева и др.;

– теория мотивации достижения Д. Макклелланда, Дж. Аткинсона, Х. Хекхаузена и др.

Методы исследования:

- теоретический анализ литературы;
- диагностические методики («Тест жизнестойкости» С. Мадди, «Изучение мотивации к избеганию неудач» Т. Элерса, «Изучение мотивации к достижению успеха» Т. Элерса);
- метод обобщения и интерпретации экспериментальных данных;
- метод математической статистики (метод ранговой корреляции Спирмена).

Экспериментальная база: исследование проводилось в формате интернет-тестирования. Выборку составили 66 респондентов в возрасте от 17 до 22 лет.

Теоретическая и практическая значимость заключается возможности использования, полученных в ходе исследования научных сведений специалистами в области социальной и педагогической психологии для работы с молодежью.

Структура работы: работа состоит из введения, 2 глав, выводов по главам, заключения, списка использованных источников и приложений.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В первой главе нашего исследования представлен теоретический анализ проблемы взаимосвязи психологической жизнестойкости и мотивации достижения в юношеском возрасте.

Теоретический анализ проблемы взаимосвязи психологической жизнестойкости и мотивации достижения в юношеском возрасте позволяет утверждать, что современные авторы, изучая условия успешной адаптации к изменяющимся условиям жизни, отдают приоритет личностным качествам человека, к одним из которых относится психологическая жизнестойкость личности (С. Мадди, С. Кобейс, Д.А. Леонтьев).

Психологическая жизнестойкость представляет систему убеждений о себе и о мире, а также способность к преодолению стрессовых ситуаций.

Жизнестойкость включает в себя три компонента:

- вовлеченность – позиция на участие в происходящих событиях;
- контроль – установка на проявление активности по отношению к выбору пути жизни;
- принятие риска – установка по отношению к новым ситуациям, с помощью которых можно овладеть новыми навыками.

Инициативность и успешность действий человека определяются силой мотивации, направленной на достижение успеха.

Мотивация – это побуждения, способные вызвать активность организма и определять направленность этой активности.

Юность является периодом в развитии человека, в ходе которого осуществляется переход от подросткового возраста к самостоятельной взрослой жизни, когда юноши и девушки достигают социальной зрелости.

Психологическое содержание связано с развитием самосознания, личностного и профессионального самоопределения, формированием мировоззрения.

Особую значимость сохраняет межличностное общение, увеличивается потребность в общении, роль индивидуальных контактов и привязанностей возрастает. Также характерно отделение от родителей, преодоление зависимости от взрослых, утверждение самостоятельности личности.

Во второй главе представлены результаты эмпирического исследования проблемы взаимосвязи психологической жизнестойкости и мотивации достижения в юношеском возрасте.

Диагностика, обработка методик и интерпретация результатов проводились с соблюдением конфиденциальности персональных данных согласно Федеральному Закону от 27.07.2006 № 152-ФЗ «О персональных данных» [1].

В результате проведения методики «Тест жизнестойкости» С. Мадди, были определены показатели и уровни психологической жизнестойкости и её компонентов у испытуемых (Рисунок 1).

Низкий уровень психологической жизнестойкости наблюдается у 23% юношей и девушек; у 62% – средний; у 15% – высокий. Низкий уровень субшкалы «вовлеченность» наблюдается у 27% испытуемых; у 67% – средний; у 6% – высокий. Низкий уровень субшкалы «контроль» наблюдается у 9%; у 74% – средний; у 17% юношей и девушек – высокий. Низкий уровень субшкалы «принятие риска» наблюдается у 5%; у 65% – средний; у 30% – высокий уровень.

62% юношей и девушек имеют средний уровень психологической жизнестойкости. Они умеют совладать со стрессами, реже включаются в процесс происходящего, но готовы с удовольствием выполнять деятельность, особенно если их что-то заинтересует.

Большинство респондентов показали средний уровень жизнестойкости, что символизирует наличие достаточных ресурсов для реализации поставленных целей. Однако существует опыт негативных подкреплений, связанных с интеракциями. Это обстоятельство способствует усилению мониторинговых процессов в ходе реализации целей. Молодые люди, вне всякого сомнения, нацелены на своевременную реализацию поставленных задач, но сопрягая опыт прошлых неудач, несколько сужают пространство индивидуальных возможностей.

У 23% юношей и девушек выявлен низкий уровень психологической жизнестойкости. Молодые люди не принимают участие в деятельности, не умеют справляться со сложными ситуациями, не способны самостоятельно принимать решения и нести за них ответственность.

Исследуя особенности проявления жизнестойкости у респондентов, были получены следующие результаты:

У 6% юношей и девушек зафиксирован высокий уровень компонента «вовлеченность», для которых характерна активная жизненная позиция. Они

стремятся везде принимать участие и быть задействованными, получают удовольствие от деятельности и включенности в происходящие события.

Можно констатировать, что высокая вовлеченность в деятельностное поле интеракций позволяет личности проживать полный спектр ощущений деятельного усилия. Они фиксируют в своем сознании данный опыт и выстраивают успешный конструкт социального контактирования, достигая в необходимый срок желаемые цели.

У 67% представителей юношеского возраста выражен средний уровень компонента «вовлеченность». Выполняя какую-либо деятельность, они не получают максимального удовольствия, ведь юноши и девушки убеждены в том, что не смогут найти ничего стоящего и интересного для себя.

Кроме того, данные показатели символизируют наличие амбивалентного опыта, связанного с проживанием трудной ситуации. В этой связи молодые люди определяют для себя некие границы социального реагирования и склонны использовать только проверенные и эффективные на их взгляд стратегии достижения желаемых целей.

27% имеют низкий уровень компонента «вовлеченность», характерным для которого является пассивная жизненная позиция. У девушек и юношей не выражено стремление к участию в жизни, так как они уверенно считают, что из деятельности невозможно изъять что-то полезное и значимое.

У 16% отмечен высокий уровень компонента «контроль»: они сами выбирают свою деятельность и жизненный путь, способны контролировать происходящие события, а также оказывать непосредственное влияние на жизнь, принимая необходимые решения.

Вероятно, данные показатели сопряжены с тем, что респонденты этой группы ориентированы на систематический мониторинг бытийных моментов, связанных с ситуацией преодоления трудностей.

74% представителей юношеского возраста имеют средний уровень компонента «контроль». Такие юноши и девушки считают, что оказать

влияние на жизнь может не сам человек, но и другие люди. Тем самым и другие способствуют выбору человеком того или иного жизненного пути.

9% имеют низкий уровень компонента «контроль». Юношей и девушек сопровождает чувство собственной беспомощности. Они убеждены, что всё заранее предопределено, и ничего не зависит от самого человека.

Вероятно, данные показатели сопряжены с тем, что респонденты этой группы имеют негативный опыт переживания ситуации стресса, связанный с не достижением поставленных целей. Фиксированный опыт неудач активизирует своеобразную защиту личности от излишних волнений и усилий, которые субъективно воспринимаются, как неперспективные.

Респонденты с низким уровнем контроля также могут иметь мотивационную недостаточность для реализации актуальных задач. В этой связи, компонент действия, т.е. контроль, не выступает, как базовая необходимость.

У 30% юношей и девушек зафиксирован высокий уровень компонента «принятие риска». Эта категория испытуемых из всего извлекают опыт и находят пользу. Они готовы к активным действиям на свой страх и риск, даже при отсутствии гарантий успеха.

У 65% юношей и девушек отмечен средний уровень компонента «принятие риска». Они убеждены, что происходящие события способствуют развитию и приобретению из опыта новых знаний. Но такие юноши и девушки готовы к активным действиям только при наличии гарантированного успеха.

5% представителей юношеского возраста имеют низкий уровень компонента «принятие риска». Юноши и девушки уверены, что все происходящие события не приносят знаний, не способствуют развитию. Они не готовы идти на риск при наличии вероятности неудачи.

По результатам методики «Изучение мотивации к достижению успеха» Т. Элерса были получены следующие результаты:

Низкий уровень мотивации достижения успеха выявлен у 2%; средний – у 45%; высокий – у 36%; очень высокий уровень – у 17% юношей и девушек.

Юношам и девушкам с низким уровнем мотивации достижения успеха свойственно чувство неуверенности в себе, поэтому они испытывают дискомфорт при выполнении трудных заданий и не стремятся к достижению успеха. Однако представители юношеского возраста с высокой мотивацией достижения успеха при постановке цели однозначно рассчитывают на успех, не боятся трудностей и критики со стороны других людей, уверены в достижении наилучшего результата.

По результатам методики «Изучение мотивации к избеганию неудач» Т. Элерса были получены следующие результаты:

Низкий уровень мотивации избегания неудач выявлен у 18%; средний – у 43%; высокий – у 30%; очень высокий уровень – у 9% юношей и девушек.

Категория юношей и девушек, у которых преобладает мотивация избегания неудач, изначально ориентирована на избегание негативных эмоций и возможных трудностей. При выполнении деятельности они не уверены в себе и своих возможностях, боятся критики, поэтому не приступают к решению сложных заданий, требующих мастерства и навыков.

Для установления взаимосвязи между психологической жизнестойкостью и мотивацией достижения в юношеском возрасте был подсчитан коэффициент ранговой корреляции Спирмена по формуле:

Результаты исследования показали, что корреляция между уровнями психологической жизнестойкости и мотивации достижения успеха статистически значима.

Чем выраженнее уровень жизнестойкости, тем выше мотивация достижения успеха ($r_{s \text{ эмп}} = 0.314$, при $r_{s \text{ кр}} = 0,25$ ($p \leq 0,05$), $0,33$ ($p \leq 0,01$)).

Таким образом, у юношей и девушек психологическая жизнестойкость взаимосвязана с мотивацией достижения успеха.

Корреляция между показателями вовлеченности как компонента психологической жизнестойкости и мотивации достижения успеха статистически значима ($r_{s \text{ эмп}} = 0.393$, при $r_{s \text{ кр}} = 0,25$ ($p \leq 0,05$), $0,33$ ($p \leq 0,01$)). Компонент «вовлеченность» взаимосвязан с мотивацией достижения успеха.

Чем выше показатель вовлеченности, тем выше мотивация достижения успеха.

Такие юноши и девушки включены в происходящее, активно используют свои способности и личностные ресурсы, добиваясь желаемого результата.

Корреляция между показателями контроля и мотивации достижения успеха статистически значима, при ($r_{s \text{ эмп}} = 0.279$, при $r_{s \text{ кр}} = 0,25$ ($p \leq 0,05$), $0,33$ ($p \leq 0,01$)). Контроль, как компонент психологической жизнестойкости, взаимосвязан с мотивацией достижения успеха.

Чем выше контроль, тем выше мотивация достижения успеха. Представители юношеского возраста принимают необходимые решения для успешной деятельности, оказывая непосредственное влияние на ход своей жизни.

Корреляция между показателями принятия риска и мотивации достижения успеха не достигает уровня статистической значимости ($r_{s \text{ эмп}} = 0.164$, при $r_{s \text{ кр}} = 0,25$ ($p \leq 0,05$), $0,33$ ($p \leq 0,01$)). Принятие риска, как компонент психологической жизнестойкости, не взаимосвязан с мотивацией достижения успеха. Ориентированные на успех юноши и девушки иногда стремятся избегать высокого риска.

Корреляция между показателями психологической жизнестойкости и мотивации избегания неудач не достигает уровня статистической значимости ($r_{s \text{ эмп}} = -0.052$, при $r_{s \text{ кр}} = 0,25$ ($p \leq 0,05$), $0,33$ ($p \leq 0,01$)). Таким образом, у юношей и девушек психологическая жизнестойкость не взаимосвязана с мотивацией избегания неудач (Приложение 2).

Корреляция между показателями вовлеченности и мотивации избегания неудач не достигает уровня статистической значимости ($r_{s \text{ эмп}} = -$

0.021, при $r_{s_{кр}} = 0,25$ ($p \leq 0,05$), $0,33$ ($p \leq 0,01$)). Компонент «вовлеченность» не взаимосвязан с мотивацией к избеганию неудач у представителей юношеского возраста. Такие юноши и девушки могут бояться возможных трудностей, но в тоже время могут быть задействованы и получать удовольствие от выполняемой деятельности и жизни в целом.

Корреляция между показателями уровня контроля и уровня мотивации избегания неудач не достигает уровня статистической значимости ($r_{s_{эмп}} = -0.133$, при $r_{s_{кр}} = 0,25$ ($p \leq 0,05$), $0,33$ ($p \leq 0,01$)). «Контроль» не взаимосвязан с мотивацией к избеганию неудач у представителей юношеского возраста. Они способны влиять на течение жизни и на происходящие события, но могут быть не уверены в себе и исходе деятельности.

Корреляция между компонентом «принятие риска» и мотивацией избегания неудач не достигает уровня статистической значимости ($r_{s_{эмп}} = -0.001$, при $r_{s_{кр}} = 0,25$ ($p \leq 0,05$), $0,33$ ($p \leq 0,01$)). Компонент психологической жизнестойкости «принятие риска» не взаимосвязан с мотивацией избегания неудач. Юноши и девушки способны находить опыт в новых ситуациях, однако готовы идти только на малый или, наоборот, чрезмерно большой риск.

Таким образом, можно констатировать, что при увеличении общего показателя психологической жизнестойкости и её компонентов (вовлеченность, контроль) мотивация достижения успеха возрастает.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Психологическая жизнестойкость способствует благоприятной адаптации в современном обществе и успешному преодолению стрессовых ситуаций. В свою очередь, от силы мотивации достижения, направленной на достижение успеха или на избегание неудач, зависит стремление подрастающего поколения к намеченной цели, а также успешность их действий.

Проведенное исследование показало, что у большинства испытуемых выявлен средний уровень жизнестойкости: юноши и девушки умеют совладать со стрессовыми ситуациями, активны, тем самым, способствуя личностному развитию и изменению среды. Также выявлен средний и высокий уровень мотивации достижения успеха и избегания неудач: таких юношей и девушек характеризует настойчивость в достижении результата, но они могут ожидать неудачи и бояться критики.

Согласно критерию Спирмена, взаимосвязь между жизнестойкостью, её компонентами (вовлеченность, контроль) и мотивацией достижения успеха существует: для таких юношей и девушек характерны активные действия, способствующие развитию личности и изменению окружающего мира. Но взаимосвязь не обнаружена между компонентом «принятие риска» и мотивацией достижения успеха: ориентированные на успех юноши и девушки склонны избегать высокого риска. Отсутствует также связь между жизнестойкостью, её компонентами и мотивацией к избеганию неудач. Молодежь способна к познанию себя и окружающей действительности, но страх трудностей снижает активность в выполняемой деятельности.

Таким образом, выдвинутая нами гипотеза о том, что существует взаимосвязь психологической жизнестойкости и мотивации достижения в юношеском возрасте подтвердилась. Высокий уровень жизнестойкости во взаимосвязи с высоким уровнем мотивации достижения способствует противостоянию воздействиям стрессогенных факторов, сохранению и поддержанию оптимального психологического здоровья подрастающего поколения.