

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС КАК УСЛОВИЕ РАЗВИТИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ МОТИВАЦИИ И СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ СТУДЕНТОВ-ПСИХОЛОГОВ

Л.А. Становова¹

¹Тверской государственный университет, Россия, г. Тверь

Статья посвящена проблеме взаимосвязи профессиональной мотивации и стрессоустойчивости студентов. Показана значимость в становлении профессионализма студентов учебной, профессиональной мотивации и способности справляться со стрессовыми ситуациями. Выявлено, что показатели мотивационной структуры и стрессоустойчивость личности студента взаимосвязаны между собой, между тем студенты разных курсов имеют различный репертуар доминирующих мотивов и компонентов мотивационной структуры.

Ключевые слова: мотивация учебной деятельности, профессиональная мотивация студентов, стрессоустойчивость, профессионализм студентов.

В современном мире главная задача высшего учебного заведения – подготовить высококвалифицированных, конкурентоспособных специалистов, которые будут обладать всеми необходимыми профессиональными качествами. Они должны быть готовы справляться с производственной ситуацией без вреда психическому и физическому здоровью и уметь сопоставлять цели со своими способностями и возможностями. В связи с этим, немаловажное значение при обучении в высшем учебном заведении уделяется мотивации и стрессоустойчивости студентов.

Проблема взаимосвязи мотивации и стрессоустойчивости студентов высшего учебного заведения в современном мире достаточно актуальна. Движущей силой познавательной и учебной деятельности студента выступает мотивация. Высокий уровень мотивации ведет к наибольшей результативности деятельности и, как следствие, к наибольшему профессионализму студентов. Таким образом, мотивация в получении знаний, умений и навыков ведет к становлению личности как профессионала. Студент с высоким уровнем мотивации будет стремиться к реализации своих способностей и потенциала в полной мере, так как мотивация побуждает индивида к саморазвитию и самореализации. Таким образом, учебная мотивация выступает побуждающим фактором деятельности студентов в постоянно изменяющихся условиях.

Учебный процесс зачастую сопряжен со стрессовыми ситуациями (зачеты, экзамены, защита курсового проекта и пр.). В процессе обучения студент должен выработать ход действий, который позволит

ему преодолеть стресс. Стрессоустойчивость очень важное свойство личности, которое прямопропорционально влияет на результативность выполняемого вида деятельности и стабилизацию системы личности. Стрессоустойчивость – это способность, позволяющая преодолевать стрессовые ситуации, возникновению которых могут способствовать большая учебная нагрузка, недостаточное количество учебного материала, неправильная организация рабочего и свободного времени.

Вместе с тем стоит помнить, что будущая профессия студентов факультета психологии крайне эмоциогенна и направлена на оказание помощи людям. Будущим психологам очень важно справляться со стрессогенными факторами окружающего мира, так как это будет способствовать высокой эффективности их профессиональной деятельности.

Высокий уровень мотивации студента отвечает за его умение справляться с возникающими трудностями на целенаправленном пути, тем самым, продвигаясь к цели, студент повышает и свой уровень стрессоустойчивости. При этом для каждого вида деятельности существует оптимальный уровень мотивации. Так или иначе, каждая личность должна уметь сопоставлять свои потребности и способности с поставленными перед ним задачами.

Психология обучения относит мотивацию учебной деятельностью к одной из основных проблем, так как мотивация – главная психологическая характеристика любого вида деятельности, регулируя которую, появляется возможность управлять процессом обучения студентов [11].

На определение, формирование и развитие учебной мотивации влияет целый комплекс факторов: вид образовательной системы; статус образовательного учреждения; организация процесса обучения; субъективные особенности студента, к которым относятся пол, возраст, развитие интеллекта и способностей, уровень самооценки, взаимоотношения с окружающими его людьми и другие качества; субъективные характеристики педагога, определяющие отношение к учебному процессу и к студенту. Мотивация обучения обладает определенной системой, она направлена, устойчива и динамична [6].

На развитие учебной мотивации влияют и мотивы, определяющие направленность деятельности студента на различные аспекты обучения [12]. Фундаментом формирования мотива является актуальная потребность, определяющая направленность действий, и особенность ситуации. Выбор деятельности вытекает из взаимодействия совокупности потребностей и возможностей согласно ситуации, в которой находится студент [13].

Насчитывается несколько классификаций мотивов обучения. Одна из них принадлежит А.Н. Леонтьеву, выделяющему «смыслообразующие» мотивы и «мотивы-стимулы». «Смыслообразующий» мотив побуждает и наделяет личностным смыслом деятельность, а «мотив-стимул» выступает побудителем положительных и отрицательных факторов [8].

Еще одна классификация была предложена А.К. Марковой. В этой классификации выделены познавательные и социальные мотивы. Направленность познавательных мотивов на процесс обучения способствует повышению эффективности деятельности студента и ее результативности. Студент с преобладающими познавательными мотивами не только улучшает знания, умения и навыки, но и повышает эффективность их приобретения и применения. Студент с выраженными социальными мотивами видит преимущества не в самостоятельном обучении, а в совместной деятельности. Он стремится повысить эффективность совместной деятельности и добиться одобрения окружающих его людей [12].

При переходе из школы в высшее учебное заведение происходит трансформация взглядов на процесс обучения. Происходит ослабление контроля над деятельностью со стороны внешнего наблюдателя; модифицируется сама структура учебной деятельности; появляются профессиональные мотивы, побуждающие студента к совершенствованию способов, средств и методов ведущей деятельности, направляет активность студента на производственный аспект деятельности [5].

В исследованиях А.Н. Печникова и Г.А. Мухиной было установлено, что профессиональные мотивы, также, как и мотивы личного престижа, занимают ведущее положение, на ступеньку ниже располагаются прагматические и познавательные мотивы. Однако, профессиональный мотив занимает ведущую позицию на первом курсе, на втором курсе – мотив личного престижа, их объединение наблюдается на третьем курсе, и, наконец, на последних курсах прибавляется прагматический мотив, который в основном характеризует слабоуспевающих студентов. Профессиональные и познавательные мотивы определяют успешность обучения студента [7].

При изучении мотивов творческого достижения и потребности достижения у студентов-психологов Р.С. Вайсманом было установлено, что их увеличение происходит от третьего к четвертому курсу. Мотив творческого достижения, согласно Р.С. Вайсману, - стремление решить научную или техническую задачу и добиться успеха в научной

деятельности. Яркое доминирование какого-либо мотива называется потребностью достижения [15].

Трансформация линии мотивов означает переход школьника в высшее учебное заведение, студента к профессиональной деятельности [3]. Профессиональная мотивация включает в себя интерес к профессиональной деятельности, стремление осмысливать деятельность теоретически, профессионально самосовершенствовать себя, развить в себе важные и необходимые качества профессионала, ответственность за результативность своих действий, потребность в сотрудничестве и общении с коллегами [14].

Студент постоянно сталкивается со стрессорами, вытекающими из большого объема информации, отсутствия системности своей деятельности [2]. Огромный стресс студент испытывает во время сессии, но порой стресс выступает в качестве стимула мобилизации своих знаний, умений и навыков [16].

Чтобы организм студента был готов к стрессу, представители валеологического подхода предлагают «тренироваться», то есть сознательно помещать себя в ситуацию негативных эмоций, возникающих при стрессе [1].

В процессе успешного преодоления стрессовой ситуации развиваются личностные качества, уверенность в себе и внутренний локус контроль, наблюдается изменение жизненных перспектив и переоценка ценностей, появляются новые социальные контакты и укрепляются старые [4].

Ли Канг Хи определяет стрессоустойчивость как психофизическое состояние человека, которое обеспечивает оптимальный уровень адаптации в условиях экстремальности, позволяет решать задачи бытового и служебного характера без физических и психических потерь, позволяет находиться человеку в состоянии психофизического равновесия [9].

Под стрессоустойчивостью так же понимают функциональную надежность субъекта деятельности и развитие регуляции функционального состояния с помощью механизмов психики и физиологии. Так же следует учитывать поведение человека в условиях стресса [4].

Согласно исследованиям Н.И. Бережной, стрессоустойчивость – это качество личности, которое состоит из единства компонентов:

- психофизиологический компонент включает в себя тип и свойства центральной нервной системы;
- мотивационный компонент отвечает за эмоциональную устойчивость, регулируя силу мотивов;

- компонент эмоционального опыта личности, который приобретается при преодолении негативного влияния стрессора на организм;
- волевой компонент отвечает за сознательную самостоятельную регуляцию действий согласно требованиям общества;
- компонент профессиональной подготовленности отражает готовность личности выполнять те или иные профессиональные задачи;
- Интеллектуальный компонент отвечает за принятие решения о способе действия в соответствии требованиями общества [10].

Итак, мотивация студентов к учебной деятельности является основным средством повышения уровня заинтересованности студента, повышения лично-научного и творческого потенциала. Учебная мотивация развивается в соответствии с развитием социальных, познавательных, профессионально-ценостных, эстетических, коммуникативных мотивов.

Стресс является неотъемлемой частью жизни любого человека, но студент сталкивается с ним регулярно. Студент, благодаря обучению в высшем учебном заведении, сублимирует от стрессовых ситуаций, что способствует развитию стрессоустойчивости. Преодолевая стрессогенные ситуации, студент, замотивированный на получение знаний, умений, навыков и диплома, достигает своей цели, тем самым повышает уровень стрессоустойчивости.

С целью выяснения значимости роли образовательного процесса в развитии профессиональной мотивации и стрессоустойчивости студентов-психологов нами было проведено эмпирическое исследование. Результат нашего исследования показал, что показатели мотивационной структуры и стрессоустойчивость личности студента взаимосвязаны между собой, а также имеют дифференциированную выраженность на разных курсах обучения.

Цель исследования заключалась в выявлении и изучении характера взаимосвязи показателей мотивации и уровня стрессоустойчивости студентов первого, третьего и четвертого курса обучения направления «Психология». Выборку исследования составили 20 студентов первого курса обучения, 20 студентов третьего курса обучения и 20 студентов четвертого курса обучения. В качестве диагностических методик использовались тест на учебный стресс, разработанный Ю.В. Щербатых, и тест самооценки стрессоустойчивости С. Коухена и Г. Виллиансона методика для диагностики учебной мотивации студентов А.А. Реана и В.А. Якунина и методика изучения мотивации в вузе Т.И. Ильиной.

В ходе нашего исследования мы выявили, что студенты первого курса обладают ярко выраженными мотивами престижа, профессиональными и учебно-познавательными мотивами. Третьекурсники отличаются высокоразвитыми мотивами творческой самореализации. Для студентов четвертого курса характерны высокие показатели коммуникативных мотивов, мотивов избегания, мотив в приобретении знаний и в получении диплома (см. рис. 1).

Можно сказать, что учебно-познавательные мотивы и профессиональные мотивы имеют наибольшую выраженность у студентов первого курса обучения. Это значит, что они ориентированы на получение и усвоение большого количества знаний не только на лекциях и семинарах, но и в процессе самостоятельного и более глубокого изучения определенной дисциплины. Они стремятся усвоить большой багаж знаний, умений и навыков, необходимый для успешной и эффективной профессиональной деятельности.

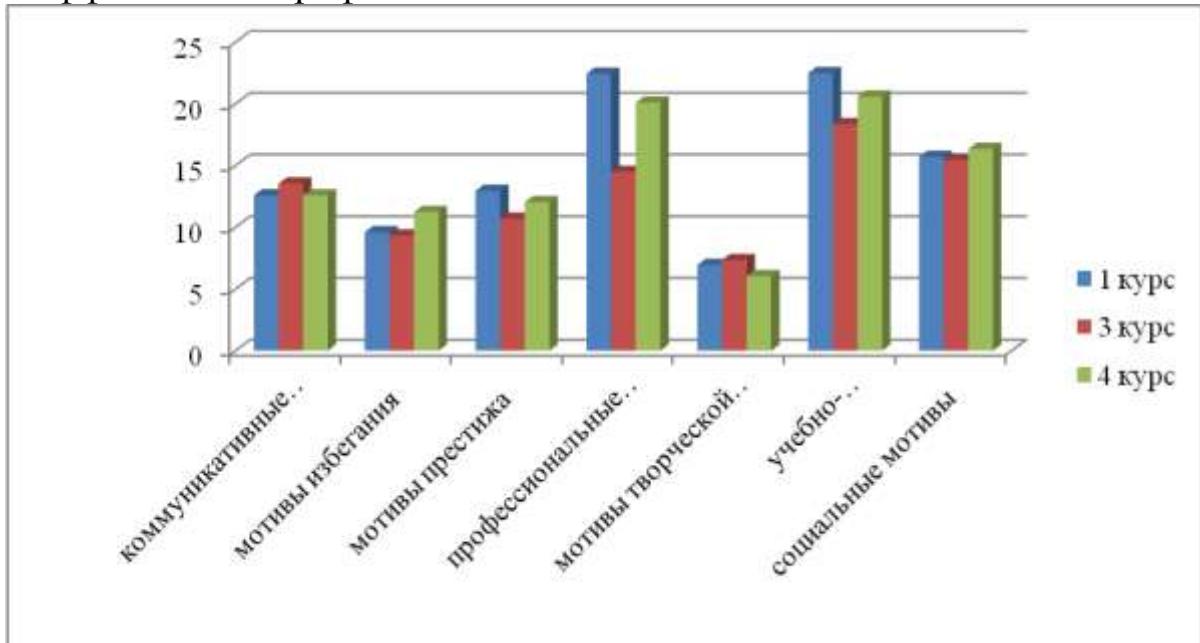


Рис. 1. Средние показатели компонентов мотивационной структуры личности у студентов первого, третьего и четвертого курсов обучения

Показатели учебно-познавательной и профессиональной мотивации у студентов третьего курса ниже, возможно, из-за того, что они не удовлетворены выбором профессии или по причине того, что третий курс является переходом между включением в новую деятельность и в коллектив и высокой ответственностью и чувством долга перед профессиональной деятельностью. Мотивация в приобретении знаний и получении диплома имеют наибольшую выраженность у студентов выпускного курса, так как приближение итогового экзамена и профессионального становления обостряет потребность студентов в получении максимального количества знаний и

документа, удостоверяющего, что личность является профессионалом. В целом, можно отметить, что студенты первого, третьего и четвертого курсов обучения обладают адекватной мотивационной структурой с преобладающими мотивами, направленными на познавательную, профессиональную и социальную деятельность.

В целом, все студенты также обладают и адекватным уровнем стрессоустойчивости, но наиболее высокая стрессоустойчивость у студентов третьего курса (см. рис. 2).

Обработав данные, мы можем сделать вывод о том, что у студентов первого и четвертого курса наблюдается более высокий уровень экзаменационного стресса, по сравнению со студентами третьего курса. Для первокурсников такая система сдачи экзаменов еще не хорошо знакома, поэтому они испытывают стресс во время сессии.

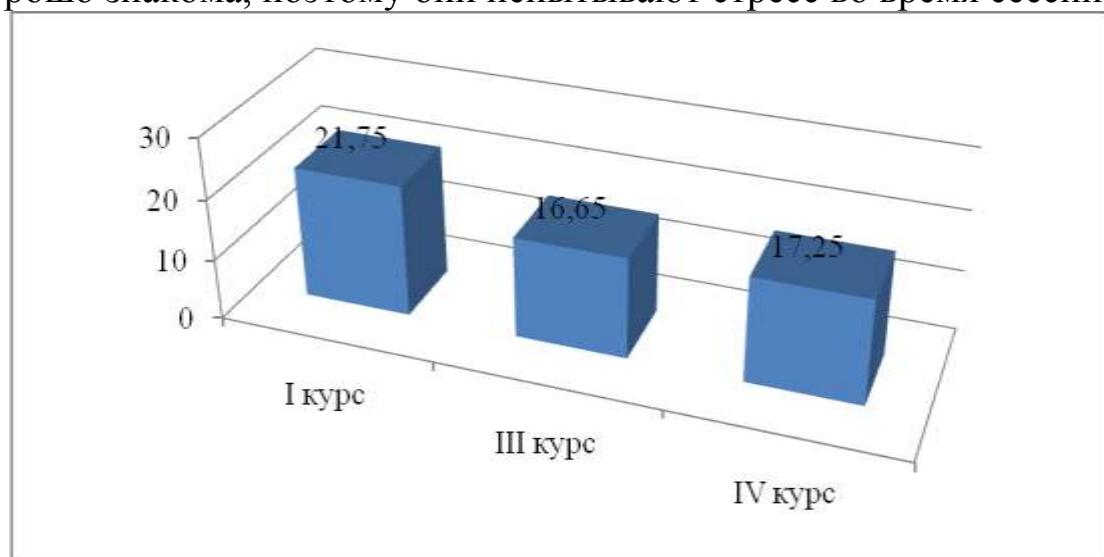


Рис. 2. Средние показатели уровня стрессоустойчивости студентов первого, третьего и четвертого курсов (обратная шкала)

У студентов же четвертого курса наблюдается более высокий показатель экзаменационного стресса по сравнению с другими, потому что приближение итогового экзамена обостряет чувство неуверенности, и, соответственно, наблюдается возникновение стресса. Вместе с тем важно отметить, что в целом студенты обладают удовлетворительным уровнем стресса, что позволяет им достаточно успешно справляться с учебными и профессиональными задачами.

Таким образом, в ходе нашего исследования было выявлено, что учебно-познавательные мотивы детерминируют уровень стрессоустойчивости студентов и мотивация в приобретении знаний доминирует у студентов четвертого курса. Мотивация направляет поведение субъекта деятельности, способствует взвешиванию возможных альтернатив и определяет направленность действий на разрешение задачи. Высокий уровень мотивации определяет

эмоциональную устойчивость студентов, открывает перед ними новые границы и просторы. Все это способствует преодолению возникающих трудностей при реализации целей, а, следовательно, повышению стрессоустойчивости. Уровень приобретения знаний также преобладает у студентов четвертого курса. Так как у них приближается время самостоятельной профессиональной деятельности, студенты выпускного курса отличаются желанием овладеть знаниями, умениями и навыками, необходимыми для работы профессионала. Наблюдаемая тенденция к прекращению ведущей деятельности и включению в новый вид деятельности свидетельствуют об устойчивости человека, а, значит, и об его высоком уровне стрессоустойчивости.

Степень развития профессиональной мотивации определяет значимость результатов деятельности. Профессиональная мотивация отвечает за побуждение и активность факторов личности, способствующих профессиональному становлению личности. Овладение профессиональными знаниями, умениями и навыками свидетельствуют о том, что студенты ориентированы на результативность, успешность и эффективность деятельности. В этом случае, для студентов в центре стоит значимость результатов, которая позволяет определять ему качество усвоения материала.

Высокий уровень стрессоустойчивости свидетельствует об оптимальном уровне сопротивляемости препятствиям, а, значит, студент может ставить перед собой цели, которые соответствуют высокому уровню притязаний личности. Такие студенты отличаются инициативностью и находчивостью при решении предъявляемых задач, умением ставить перед собой адекватные цели в соответствии с потенциалу личности.

Мотивированный студент ориентирован на получение знаний и реализацию своего потенциала, а это приводит к повышению уровня достигнутых результатов, следовательно, человек будет осознавать тот факт, что с его способностями и возможностями можно реализовать более сложные цели по сравнению с предыдущими. Студент будет более настойчив в достижении поставленной цели и способен подбирать адекватные способы ее реализации. А так же такой студент будет отличаться высокой продуктивностью деятельности и критичностью к самому себе.

Личность, обладающая высокой степенью стрессоустойчивости, принимает решения, основываясь и взвешивая все плюсы и минусы того или иного вида деятельности, а это и является процессом мотивации. Студент с высокоразвитой мотивацией отличается целенаправленностью, устойчивостью процесса деятельности,

организованностью своего рабочего времени и направленностью на достижение поставленной цели. Все это приводит к преодолению возникающих препятствий при реализации цели, которое происходит без потерь в физической и психической сфере, а, следовательно, и к повышению уровня стрессоустойчивости. Умение справляться со стрессовыми ситуациями позволяет студенту усваивать учебный и профессиональный материал наиболее успешно, эффективно и результативно.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Аболин Л.М. Психические механизмы эмоциональной устойчивости человека: монография. – Казань: Изд-во Казанского университета, 1987. – 264 с.
2. Андреева Д.А. Изучение основных личностных характеристик современного студенчества/ Под ред. А.С. Пашкова// Человек и общество. – 1971.
3. Бакшаева Н.А. Развитие познавательной и профессиональной мотивации студентов педагогического вуза в контекстном обучении: автореф. дис... канд. психол. наук – М., 1997. Режим доступа: <http://www.dissertcat.com/content/razvitiye-poznavatelnoi-i-professionalnoi-motivatsii-studentov-pedagogicheskogo-vuza-v-kontek>
4. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление. – М.: ПЕР СЭ, 2006. – 528 с.
5. Вербицкий А.А. Развитие мотивации студентов в контекстном обучении: монография. – Москва: Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, 2006. – 200 с.
6. Зимняя И.Л. Педагогическая психология: учебное пособие для вузов. – Москва, 2009. – 384 с.
7. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. – Питер, 2009. – 512 с.
8. Леонтьев А.Н. Потребность и мотив/ А.Н. Леонтьев. – Москва: Изд-во МГУ, 2002. – 40 с.
9. Ли Канг Хи. Социально-психологические технологии формирования стрессоустойчивости: дис. на соискание уч. степ. канд. психолог. наук: 19.00.05. – Москва: Российский социальный государственный университет, 2005. – 201 с.
10. Лозгачева О.В. Особенности формирования устойчивости к стрессу в процессе профессионального развития личности // Педагогическое образование в России. – 2012. - №2.
11. Лях Т.И. Педагогическая психология: учебное пособие для студентов, обучающихся по специальности специальная психология. – Тула: изд-во Тульского государственного педагогического университета им. Л.Н. Толстого, 2012. – 195с.

12. Маркова А.К. Формирования мотивации учения. – Москва: Просвещение, 1990. – 191 с.
13. Романова И.А. Проблема формирования мотивации студентов во время обучения в вузе // Общественные науки. – 2006. – № 2.
14. Смирнова Г.Е. Развитие профессиональной мотивации студентов-психологов // Вестник Московского государственного гуманитарного университета им. М.А. Шолохова. Педагогика и психология. – 2009. - № 3. – 29 с.
15. Цветкова Р.И. Мотивационная сфера личности студента: условия и средства ее формирования/ Р.И. Цветкова// Психологическая наука и образование. – 2006. - № 4. – С. 76-80.
16. Шарай В.Б. Функциональное состояние студентов в зависимости от форм организации экзаменационного процесса. – Москва, 2003.

THE EDUCATIONAL PROCESS AS A CONDITION OF DEVELOPMENT OF PROFESSIONAL MOTIVATION AND STRESS RESISTANCE OF STUDENTS-PSYCHOLOGISTS
L.A. Stanovova
Tver State University

The article is devoted to the problem of interrelation of professional motivation and stress resistance of students. The importance of educational, professional motivation and ability to cope with stressful situations in the formation of students' professionalism is shown. It is revealed that indicators of motivational structure and stress resistance of the student's personality are interconnected, meanwhile students of different courses have different repertoire of the dominating motives and components of motivational structure.

Keywords: motivation of educational activity, professional motivation of students, stress resistance, professionalism of students

Сведения об авторе:

СТАНОВОВА Людмила Александровна – кандидат психологических наук, доцент кафедры «Психологии труда и клинической психологии», заместитель декана факультета психологии по учебной работе, e-mail: Stanovova.la@tversu.ru

УДК 159.923:316.644:37.018.15-055.1-057.875

**ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ
СТУДЕНТОВ К ОТЦОВСТВУ**

Т.Г. Шатюк¹

¹ Гомельский государственный университет имени Ф.Скорины

Аннотация. Статья посвящена проблеме психологической готовности студентов к отцовству. В ней представлены результаты эмпирического исследования в рамках проекта «Папа может» кафедры социальной и педагогической психологии учреждения образования «Гомельский государственный университет имени Ф.Скорины».