

**В.И. Долгова, П.Л. Леонов**

**Мотивация в достижении успеха у старших подростков**

**Москва**

**2022**

**УДК 159.9**

**ББК 88**

**К93**

Исследование проведено в рамках научного проекта комплексного плана научно-исследовательской, проектной и организационной деятельности Научно-исследовательского центра Российской академии образования в Южно-Уральском государственном гуманитарно-педагогическом университете на 2021-2023 годы «Психология и технология управления инновационными образовательными процессами в меняющемся мире», издано при финансовой поддержке ФГБОУ ВО «МГПУ им. М.Е. Евсевьева»

**Долгова В.И., Леонов П.Л. Мотивация в достижении у подростков. – М.: Издательство Перо, 2022. – 156 с.**

**ISBN 978-5-00204-726-0**

*Рецензенты:*

доктор психологических наук, профессор Г.В. Акопов, г. Самара

доктор педагогических наук, профессор А.С. Бароненко, директор школы №1 г. Копейска

Анализ теоретических предпосылок исследования «мотива достижения успеха», истории развития представлений о понятии в психологии; его особенностях и модели развития когнитивного компонента позволили авторам организовать и провести эмпирическое изучение названного феномена у старших подростков. Раскрыты этапы, методы и методики, дана характеристика выборки, составлена программа и соответствующие рекомендации, получены убедительные результаты.

Адресуется всем субъектам образования.

**УДК 159.9**

**ББК 88**

**ISBN 978-5-00204-726-0**

© В.И. Долгова, П.Л. Леонов, 2022

© Издательство Перо, 2022

## ВВЕДЕНИЕ

Адаптация к изменениям, постоянно происходящим вокруг человека, требует от него усилий, направленных на самосовершенствование. Большое значение приобретают способности человека к личностному и профессиональному росту, целенаправленное формирование которых, в конечном счете, позволяет надеяться найти свое место в постоянно изменяющейся социуме и успешно реализоваться в нем.

Исследования потребностно-мотивационной структуры личности позволяют развивать и усиливать те ее аспекты, которые способствуют успешности деятельности.

Современный интерес к мотивации достижения основан не в последнюю очередь на выводах отечественных и зарубежных исследователей этого вопроса о том, что уровень мотивации достижения является более надежным предиктором успеха в различных сферах деятельности, чем интеллект.

Изучая мотивацию достижения, исследователи сегодня чаще всего акцентируют свое внимание на такие качества личности, которые способствуют эффективности деятельности или наоборот, препятствуют ей.

Начав с общего поиска предикторов успеха в деятельности, по мере накопления информации сосредоточившись на практических задачах, ученые перенесли акцент исследования от собственно потребности в достижении, внутренне присущей человеку, к мотивации в достижении успеха как к комплексу психологических свойств личности, воздействуя на который

возможно эффективное решение широкого круга социально-значимых задач.

В потенциально возможных для проведения исследования временных и иных ресурсных рамках затруднительно рассчитывать на положительные результаты реализации программы воздействия на весь психологический комплекс компонентов мотивации. В большей степени это предположение касается поведенческого компонента, в меньшей – эмоционально-оценочного, самый доступный для изменений, в этом смысле, когнитивный компонент.

Вышеизложенное определило выбор темы исследования «Развитие когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков».

Цель: теоретически обосновать, разработать и экспериментально подтвердить эффективность программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков.

Объект: мотивация в достижении успеха у старших подростков.

Предмет: развитие когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков.

Гипотеза:

1. Развитие когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков требует специальных организационных усилий.

2. Развитие когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков может основываться на развитии у испытуемых способности самоуправления и автономии.

3. Эффективность программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков зависит от:

– разработки модели развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков, основанной на системном подходе;

– взаимодействия между психологом и участниками в процессе реализации программы;

– актуализации у участников программы внутренней мотивации.

Задачи:

1. Изучить содержание понятия «мотивация в достижении успеха» и охарактеризовать проблематику его современного состояния, а также направления развития исследований в этом вопросе.

2. Изучить особенности мотивации достижения у старших подростков.

3. Разработать модель развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков.

4. Определить этапы, подобрать методы и методики для исследования.

5. Выполнить опытно-экспериментальное исследование развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков.

6. Разработать и реализовать программу развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков.

7. Провести анализ результатов реализации программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков.

8. Составить рекомендации по развитию когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков.

В ходе эксперимента использовались следующие методы исследования:

1. Теоретические: анализ, синтез и обобщение психолого-педагогической литературы, целеполагание, моделирование.

2. Эмпирические: констатирующий и формирующий эксперименты, тестирование по методикам: «Диагностика мотивации успеха и избегания неудачи» (А. А. Реан), «Общая шкала удовлетворения базовых потребностей» (Э. Дэси, Р. Райан, в адаптации И. Ю. Суворовой), «Способность самоуправления» (Н. М. Пейсахов).

3. Математико-статистические:  $r_s$ -критерий Спирмена и T - критерий Вилкоксона. Расчет произведен в программе Excel.

Теоретико-методологической основой исследования являются персонологический и диспозиционный подход

(Г. Мюррей, Д. Макклелланд, Дж. Аткинсон, Х. Хекхаузен), позволяющий рассматривать мотивацию достижения успеха как свойство личности, гуманистический подход (А. Маслоу), постулирующий активную природу человека с ее тягой к личностному росту, теория совершенствования (А. Адлер), теория самодетерминации (Э. Деси, Р. Райан) с их подходами к исследованию мотивации достижения через призму внутренней мотивации, теория когнитивного развития Ж. Пиаже, культурно-историческая теория развития психики Л. С. Выготского и деятельностный подход А. Н. Леонтьева, С. Л. Рубинштейна, в контексте которых проблемы и затруднения в процессе развития стимулируют самоанализ мотивов деятельности, их отражение в сознании человека, современная отечественная целостная (обобщающая) модель процесса мотивации деятельности Т. О. Гордеевой.

Научная новизна исследования заключена в разработке психолого-педагогической программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков, в описании условий внедрения этой программы в практику, в составлении конкретной батареи тестов, которую мы в доступных нам источниках, изданных ранее, не нашли. При выборе батареи тестов предполагалось совместное исследование мотивации в достижении успеха и способности самоуправления для поиска статистически значимой корреляционной связи диагностируемых параметров, а также связей с удовлетворением

внутренних базовых потребностей, постулируемых в теории самодетерминации.

Теоретическая значимость исследования состоит в систематизации большого объема информации по тематике мотивации достижения в контексте цели и задач исследования, в обосновании психолого-педагогической модели и программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков, в разработке рекомендаций.

Практическая значимость исследования состоит в подтверждении гипотезы связи мотивации достижения с удовлетворением базовых потребностей, которое открывает возможность дальнейших исследований, используя практические наработки теории самодетерминации в развитии когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков. Подтверждение гипотезы о связи мотивации в достижении успеха с уровнем самоуправления дает возможность использовать хорошо разработанные понятия этапов самоуправления для развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха. Составленная с учетом результатов исследования программа развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков, выводы и рекомендации по результатам исследований послужат дальнейшему углублению исследования потребностно-мотивационной сферы личности.

База исследования: учащиеся второго курса среднего профессионального образования ЮУрГИИ им. Чайковского,



г. Челябинск. Общий объем выборки исследования составил 31 человек, средний возраст испытуемых 17 лет.

Апробация: результаты исследования были защищены в форме выпускной квалификационной работы магистратуры и опубликованы в статьях:

Need to achievements among teenagers: specificity and peculiarities [Электронный ресурс] / V. Dolgova, P. Leonov, E. Kapitanets, E. Melnik, V. Shayahmetova // The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences EpSBS. — 2019. — № LXXVI - SCTCMG 20. — С. 737–744. — ISSN: 2357–1330.

Формирование психологически безопасных коммуникаций подростков в условиях нестабильной эпидемиологической обстановки [Электронный ресурс] / В.И. Долгова, П.Л. Леонов, А.П. Леонова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». — 2022. — № 5. — С. 14–29. — ISSN: 2304–120X.

Study of psychologically safe communications in an unstable epidemiological environment [Электронный ресурс] / V.I. Dolgova, P.L. Leonov, A.P. Leonova // The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences EpSBS. Серия: «Грозный». — 2022. — ISSN: 2357–1330.

The development of the cognitive component of motivation in achieving success in older adolescents [Электронный ресурс] / V. Dolgova, P. Leonov // Известия Национальной Академии Наук Республики Казахстан. — 2020. — Т. 3, № 331. — С. 26–34. — ISSN: 2224–5294.

# **ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ РАЗВИТИЯ КОГНИТИВНОГО КОМПОНЕНТА МОТИВАЦИИ В ДОСТИЖЕНИИ УСПЕХА У СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ**

## **1.1. Понятие «мотивация в достижении успеха», история развития представлений о понятии в психологии**

Объектом данного исследования является мотивация в достижении успеха у старших подростков.

Изучением психологических характеристик человека, обуславливающих его эффективность и, в конечном счете, успешность, занимается относительно новая, интенсивно развивающаяся область дифференциальной психологии – психология мотивационных различий. Изучение различий между людьми в области мотивации достижения является одним из направлений психологии мотивационных различий.

Термин «мотивация» в психологии применяют для определения всей совокупности причин психологического характера, объясняющих поведение человека. В трактовке этого термина у психологов отсутствует единство. Разнообразные определения термина «мотивация» можно отнести к двум направлениям. Первое рассматривает мотивацию со структурных позиций, как совокупность факторов или мотивов, детерминирующих поведение. Второе направление рассматривает мотивацию как динамичное образование, как процесс,

стимулирующий и поддерживающий поведенческую активность. Одно из современных определений мотивации дает Т. О. Гордеева: «Под мотивацией мы понимаем относительно устойчивое системное образование, обеспечивающее побуждение, направленность и регуляцию выполнения деятельности.» [18].

Исследование мотивации восходит к исследованиям человеческих потребностей. «Потребность» как самостоятельная научная проблема стала рассматриваться в первой четверти двадцатого века в общем случае как переживание нужды или избытка в чем-то, стремящееся к достижению баланса. Одним из первых, кто предложил свою концепцию «влечения» был З. Фрейд, за ним многие исследователи предлагали свою версию объяснения внутреннего источника побуждений к действию. Дальнейшим развитием стало представление о потребности как не собственно нужды, а ее отражения в сознании человека, то есть психического образа нужды. Вопрос о том, в чем конкретно проявляется эта образность разделил исследователей. Часть исследователей считает, что потребность отражает в сознании человека тот предмет, который может удовлетворить нужду, другие, что потребность – это отсутствие блага, третьи, что потребность – это объективная необходимость. Существует позиция, что потребность – противоречие между наличным и необходимым. Есть такая точка зрения, что потребности – это состояния человека, диспозиции, выступающие источником его целенаправленной деятельности, побуждающие к активности, но

сами по себе не являющиеся достаточным объяснением того почему люди поступают так, как поступают.

Е. П. Ильин определяет потребность как «отражение в сознании нужды (нужности, желанности чего-то в данный момент), часто переживаемое как внутреннее напряжение (потребностное состояние) и побуждающее психическую активность, связанную с целеполаганием» [34, с.38].

Мотив от лат. «moveo» – «двигаю». Под мотивом подразумевают потребность, цель, намерение, побуждение, свойство личности. Считается, что внутренний или внешний стимул побуждает к действию не прямо, а опосредованно, через мотив. Именно мотив отвечает за психическую регуляцию осознания стимула, придания ему значимости, определения цели и поиску ресурсов для ее достижения.

По поводу термина «мотив» у психологов тоже отсутствует единое мнение. С. Л Рубинштейн считает «мотив – как побуждение – источник действия, его порождающий [58]. А. Н. Леонтьев понимает под мотивом опредмеченную потребность [40].

У психологов нет единого мнения и по вопросу как соотносятся между собой потребности и мотивы. Е. П. Ильин исходя из различных точек зрения, высказанных в психологической литературе систематизировал их соотношения следующим образом: между потребностью и мотивом возможны далекие и опосредствованные отношения; потребность дает толчок к возникновению мотива; потребность преобразуется в

мотив после опредмечивания, т. е. после нахождения предмета, могущего ее удовлетворить; потребность – часть мотива; потребность и есть мотив [34, с.50].

Мотивация достижения – одна из разновидностей мотивации деятельности, направленная на достижение некоторого результата (достижения), к которому может быть применен критерий успешности, то есть при использовании некоторых стандартов оценки он может быть сопоставлен с другими результатами. [18, с.8] Мотивация достижения поддерживает процесс формирования целей, лежит в основе настойчивости при преодолении возникающих препятствий, стремлениям человека к улучшениям.

Одним из предвестников достиженческого направления в психологии принято считать австрийского психолога А. Адлера (Adler). Представитель психоаналитического неопрейдистского направления А. Адлер переработал однозначные трактовки потребностей индивида З. Фрейда, поставив перед собой задачу найти и исследовать другие фундаментальные человеческие потребности. Итогом его работы в 30-е годы 20-го столетия стало представление о стремлении к превосходству как единой движущей силе развития личности, придающей смысл ее существованию и направляющей все ее ресурсы на достижение совершенства. В поздних своих работах стремление к превосходству А. Адлер приравнивает к стремлению к совершенствованию, под которым он понимает стремление превзойти самого себя. Это стремление к совершенствованию или превосходству врожденное, но нуждается в развитии и воспитании

после

5-го года жизни человека. По осознанию человеком этого стремления оно становится источником мотивации [1].

В рамках когнитивного подхода к мотивации достижения, в сороковые годы двадцатого столетия появляется термин «потребность в достижении» (need achievement) (nAch). Впервые эту потребность обозначил в 1938 году, в рамках теории личности Г. Мюррей (Murray), введя ее в свою классификацию из 20 основных потребностей человека.

Г. Мюррей пытался классифицировать все потребности, названные к тому моменту ведущими теоретиками, не сводя их к базовой мотивационной диспозиции или к небольшому числу основных мотивов и не впадая в крайность перечисления бесконечного числа частных потребностей. Потребность в достижении Г. Мюррей определял как «Стремление к решению трудных задач. Овладение физическими объектами, людьми или идеями, максимально быстрая их организация и манипуляции ими. Стремление к максимальной самостоятельности. Стремление преодолевать препятствия и соответствовать самым высоким стандартам. Стремление превзойти других и самого себя. Стремление повысить самоуважение с помощью реализации своего потенциала» [цит. по 47, с.70].

Г. Мюррей считал, что потребность в достижении относиться к потребностям, возникающим в результате воспитания, и причислил ее к фундаментальным потребностям человека, без которой невозможно его полноценное развитие. Отдельные

потребности из списка Г. Мюррея были взяты другими авторами за образец при создании измерительных методик, в частности, предложенная Г. Мюрреем к изучению потребность в достижении начала всесторонне исследоваться.

В дальнейшем идеи Г. Мюррея относительно потребности в достижении развили такие ученые как Д. Макклелланд, (McClelland), Дж. Аткинсон (Atkinson) и Х. Хекхаузен (Heckhausen), отводя в своих концепциях сознанию ведущую роль в детерминации поведения человека. Их усилия, главным образом, были направлены на разработку методики измерения индивидуальных различий мотивов.

Д. Макклелланд продолжил исследование потребности в достижении, уже как «мотив достижения». В теории Д. Макклелланда у человека с течением времени формируются мотивы, то есть «сильная аффективная ассоциация, характеризующаяся предвосхищением целевой реакции и основанная на прошлой ассоциации определенных признаков с удовольствием или болью» [цит. по 63, с.78].

К достижению Д. Макклелланда относится разделение мотива достижения на два основных. По их мнению, разделяемому большинством современных исследователей, побуждением к деятельности могут стать, как желание достичь успеха, так и стремление избежать неудачи.

Дж. Аткинсон предложил оценивать уровень мотивации достижения успеха как произведение силы мотива достижения успеха, зависящую от личностных свойств человека, на

субъективно оцениваемую вероятность достижения поставленной цели и на личностное значение достижения данной цели для человека.

Х. Хекхаузен, основываясь на наработках своих предшественников, определил условия деятельности, при которых субъект воспринимает ее как деятельность достижения: осязаемость результата деятельности, возможность его количественной или качественной оценки, оптимальная трудность для достижения результата, наличие нормативного уровня результата, желанность деятельности, направленной на результат [63]. Дальнейшее развитие этого направления пошло в рамках поиска и исследования мотивационных детерминант.

В рамках гуманистического подхода А. Маслоу (Maslow) в 50-е годы 20-го века была выделена система базовых потребностей личности. А. Маслоу смог привлечь внимание исследователей проблемы мотивации к потенциальной неэффективности поиска конкретных мотивов: «Нам следует раз и навсегда отказаться от попыток составить атомистические списки влечений или потребностей... Это неверно, поскольку возможность появления любого отдельного желания в сознании зависит от состояния удовлетворенности или неудовлетворенности других сильных желаний» [48, с.51]. В своей теории самоактуализации А. Маслоу утверждает, что мотивация человека основывается на иерархии его потребностей. Потребность в достижении по А. Маслоу представлена в его иерархии как потребность в самоактуализации, которая понимается как реализация собственных способностей и



возможностей. Эта, наивысшая в иерархии А. Маслоу потребность относится к внутренней мотивации человека.

В современной психологии, наиболее разработанной концепцией мотивации является когнитивная теория самодетерминации Э. Деси (Deci) и Р. Райана (Ryan), в рамках которой описываются три врожденные базовые потребности, определяющие функционирование внутренней мотивации человека в автономии, компетентности и потребность в установлении связей. Согласно теории самодетерминации, внутренняя мотивация проявляется как побуждение человека к интересующей его активности при отсутствии внешнего подкрепления. Эта мотивация имеет адаптивную ценность и не связана с биологическими влечениями. Она является основой направленного устойчивого поведения, в котором совершается выбор, является потребностью, которая основывается на свойствах центральной нервной системы, существует постоянно и мотивирует текущее поведение и мысли до тех пор, пока не прерывается базовыми влечениями или эмоциональными реакциями. Такая мотивация приводит людей к поиску и решению задач, оптимальных для их уровня способностей [57, с.111].

Современные исследования, выполненные в рамках парадигмы внешняя/внутренняя мотивация подтвердили гипотезы о том, что внутренняя мотивация связана с большей настойчивостью, высокими достижениями, проявлениями креативности, более благоприятными представлениями о своих учебных способностях [20, с.43].

Ряд современных исследователей мотивации достижения признают одним из важнейших факторов успешности личности не просто высокую выраженность внутренней мотивации, но и наличие феномена доминирования этого типа мотивации над разного рода внешними мотивами [19, с.42].

Исследования отечественных психологов в области мотивации деятельности велись и ведутся в рамках общетеоретического деятельностного подхода и касаются саморегуляции и ценностно-смысловой сферы личности (В. К. Вилюнас, Ю. Б. Гиппенрейтер, Т. О. Гордеева, Е. П. Ильин, М. Ш. Магомед-Эминов и др.), а также отдельных составляющих мотивации достижения – целеполагания (Б. В. Зейгарник и др.), волевых процессов (С. А. Шапкин и др.), основы принятия решений (Т. В. Корнилова и др.).

Мотивация в достижении успеха – это стремление к улучшению своих результатов в любых видах деятельности, неудовлетворенность достигнутым, настойчивость в достижении целей, стремление добиваться своего вопреки возникающим препятствиям.

Когнитивный компонент мотивации в достижении успеха включает в себя когнитивные свойства самой личности, определяющие уровень мотива достижения успеха, когнитивные процессы, связанные с поиском и выбором цели деятельности, способа достижения цели, и логическую оценку уровня сложности задачи.

## **1.2. Особенности мотивации достижения у старших подростков**

Подростковый возраст – период полового созревания и психологического взросления человека.

В психологической науке характеристики возрастных периодов в жизни человека, такие как: сроки их начала и окончания, психологическое содержание ведущей деятельности, перечень новообразований – предмет постоянных дискуссий.

По мнению Л. С. Выготского «Реальный уровень развития определяется тем возрастом, той стадией или фазой внутри данного возраста, которую сейчас переживает ребенок. Мы знаем уже, что паспортный возраст ребенка не может служить надежным критерием для установления реального уровня его развития» [14, с.903]. Главным признаком подросткового возраста принято считать наступление взрослости.

Чувство взрослости является особой формой самосознания как социального сознания [74, с.81]. Чувство взрослости, согласно Д. Б. Эльконину, это симптом начала подросткового возраста, когда подросток начинает сравнивать себя с другими людьми, искать образцы для усвоения, выстраивать свои отношения с другими и вообще перестраивать свою деятельность. Это чувство заключается для подростка в субъективном представлении о себе как о человеке, как о части общества, принадлежащей скорее к взрослому миру, чем к миру детей.

К завершению подросткового возраста формируется развитое самосознание: стремление к самовыражению,

самоутверждению, самореализации, самовоспитанию, формированию положительных качеств и преодолению отрицательных, переход к самооценке.

Кризис перехода к юности заключается в формировании человека как субъекта собственного развития и считается завершенным, по мнению Р. Хэвигхерста, при решении подростком следующих основных задач: достижение новых и более зрелых отношений со сверстниками обоего пола; освоение маскулинной или фемининной социальной роли; принятие и эффективное использование собственного тела; достижение эмоциональной независимости от родителей и других взрослых; подготовка к женитьбе и семейной жизни; подготовка к самостоятельному заработку; выстраивание системы ценностей и этической системы, как руководства к поведению, идеологии; освоение социально ответственного поведения [цит. по 4, с.32].

В настоящее время во многих развитых странах мира представления о границах подросткового периода жизни смещаются в сторону увеличения. По современным взглядам психологов подростковый возраст охватывает почти десятилетие – от 11 до 20 лет.

Различия в трактовке возраста обусловлены экономическими, социально-культурными параметрами, существующими в современном мире, аспектами семейного воспитания, субъективностью самовосприятия подростков и их общественной позицией. Относительное единство мнений по

поводу подросткового периода у исследователей заключается в том, что этот период интенсивного развития личности.

В подростковый период своего развития человек проходит через внутренние конфликты с собой и окружающими к обретению чувства личности. Даже для благоприятно протекающего подросткового периода характерны неоднородность и скачкообразность развития, проявляющиеся в несовпадении времени развития разных сторон подростков одного хронологического возраста, в неравномерности их индивидуального развития.

Новая, быстро меняющаяся социальная ситуация вокруг подростка, желание признания со стороны окружающих его самостоятельности и значимости вступают в противоречие с невозможностью взять на себя всю полноту ответственности и часто ведет к рефлексии. Попадая во взрослый мир, подростки пытаются его оценивать. Они часто задумываются о вопросах морали и нравственности, сравнивая свои представления с реальностью. Небольшой собственный социальный опыт не позволяет им быстро адаптироваться к противоречивой картине мира взрослых, что ведет к чрезвычайной критичности их подходов и оценок. Но в то же время, на этом этапе развития, формируются способности к сопереживанию, стремление к защите слабых.

В отечественной психологии широко используется возрастная периодизация, предложенная Д. Б. Элькониным, на основе периодизации Л. С. Выготского [14, с.901], в которой

возрастные рамки старшего подросткового возраста можно определить, как период с 15 до 17 лет.

В старшем подростковом возрасте человеком активно ставятся цели своего будущего, обдумываются пути и средства его достижения, оцениваются внешние и внутренние ресурсы.

Ведущая деятельность для старших подростков по Д. Б. Эльконину – учебно-профессиональная, в процессе которой формируются мировоззрение, профессиональные интересы, идеалы [74, с.81].

В подростковом возрасте происходит ряд изменений высших психических функций: восприятие становится целенаправленной, избирательной деятельностью; качественно улучшаются параметры внимания, оно становится контролируемым, произвольным процессом; память становится упорядоченной и связанной с логическими операциями; запоминание приобретает смысловой характер. Все эти изменения в значительной степени влияют на отношение к окружающей реальности, а также на развитие личности.

В личностной сфере человека выделяются следующие новообразования: ощущение взрослости как новый уровень самопознания, возникновение внутренней жизни, большой интерес к чужим переживаниям и чувствам, стремление к самоутверждению, формирование Я – концепции и развитие рефлексии.

Я – концепция – основополагающее новообразование подросткового возраста. Она выражается в потребности познания

себя как личности, своих возможностей, особенностей, своего сходства с другими людьми, и напротив своей неповторимости. Когнитивный компонент Я – концепции это образ своих качеств, способностей, внешности, социальной значимости, своего характера.

Самопознание индивидуальности – это познание человеком самого себя через рефлексию, общение с окружающими людьми, познание своих психических сфер – саморегуляцию, эмоционально-волевую сферу, мотивационную, интеллектуальную, посредством механизмов научного самопознания. В результате самопознания человек получает представления о собственной индивидуальности, о психических сферах, которые влияют на поведение человека и стимулируют его развитие в дальнейшем [26. с.141]

Развитие самосознания и становление образа «Я» неразрывно связано с теми или иными успехами. Отсутствие хороших результатов может привести к отказу от данного вида деятельности и к разного рода невротическим состояниям. Как альтернативу учебе для самореализации подростки могут выбрать другое направления занятий, например, спорт, музыку, хореографию, искусство. Если этого не происходит, то нервный срыв у подростка может привести к тому, что он вовсе не захочет продолжать активную развивающую деятельность.

Общение продолжает быть неотъемлемым и общим условием формирования личности старшего подростка, обеспечивающим процесс его социализации и личностного становления. В

подростковом возрасте возникает и развивается особая деятельность, заключающаяся в установлении интимно-личностных отношений между подростками – деятельность общения, основное содержание которой – другой подросток, как человек с определенными личными качествами [74, с.81].

В условиях неформального общения подросток ощущает себя полноценным субъектом общения и неповторимой личностью, приобретает новый коммуникативный опыт.

В ходе взросления отношение к родителям и семье в целом меняется. Страхи, связанные с потерей родительской любви и разрушением отношений, с уменьшением сходства со своей первой референтной группой – родительской семьей, с возможностью не обеспечить себе переживаемой в детстве абсолютной безопасности, постепенно преодолеваются через понимание иллюзорности абсолютной защищенности, переживаемой в детстве, и принятие идеи о том, что друзья могут быть столь же или более значимы, чем родители [5 с.32].

В процессе социализации часто группа сверстников, замещая родителей, становится для подростка референтной группой. Смещение центра социализации из семьи в новую референтную группу вызывает ослабление эмоциональных связей с близкими, формирует новые формы поведения подростков. Часто это приводит к конфликтным ситуациям.

Формирование новых коммуникативных навыков подростков происходит в условиях изменения мотивации основных видов деятельности: учения, общения и труда,



усиленного познавательного развития и активного становления личности в процессе деятельности и в ходе неформального межличностного общения.

У подростка активно формируется самосознание с повышенным чувством собственного достоинства. Он старается проанализировать свою деятельность, активно сравнивает ее результаты с результатами деятельности окружающих.

Находясь в ситуации профессионального и личностного самоопределения, ему важно знать, кем он будет. Ситуация неопределенности беспокоит его. Степень активности и ответственности, проявляемые подростками в этот период, определяют успешность всей их последующей жизни.

В подростковый период смещаются акценты в познавательной мотивации на связанные с идеалами и будущими профессиональными намерениями. Познавательная мотивация, характерная для предыдущего периода, постепенно сменяется новой, достиженческой мотивацией. Успех, его признание собой и другими, становится более важным фактором, чем собственно познание [20, с.34].

Одним из способов повышения социального статуса, доступным для старших подростков, является стремление к высокой учебной успеваемости, при этом, для старшего подростка продолжают иметь значение оценки. Высокие оценки по предметам обучения дают возможность подтвердить свои способности, тем самым, повысить свой социальный статус.

Совпадение оценки по учебной успеваемости и самооценки часто критически важно для эмоционального благополучия подростка.

Мотивация достижения в целом, является одним из факторов успешности учебной деятельности, она вызывает у подростка желание действовать, утвердить себя, получить высокую оценку результатов своего труда, стимулирует к обучению.

Выход на первый план мотивации достижения у подростков связан с их стремлением к повышению или сохранению самоуважения и самооценки, уважению окружающих.

Общее развитие мотивации достижения приводит подростка к выбору стратегии в вопросе баланса между стремлением к успеху и желанием избегать неудач. Одни подростки больше стремятся к успеху, активно берутся за решение сложных вопросов, встающих у них на жизненном пути, другие стараются сохранить достигнутое. В то время как подростки с преобладанием мотива достижения успеха, стремятся выбирать задания умеренной трудности, другие, испытывающие потребность в избегании неудач, выбирают либо исключительно легкие задания, где успех буквально гарантирован, либо исключительно трудные задания, где неудача ожидаема и, следовательно, не будет делом личной ответственности. Характерно, что для первых неудача является стимулом приложить дополнительные усилия, а вторые успеху предпочитают безопасность [50].

Подростки, мотивированные на успех, ищут такую деятельность, достижение результата в которой может быть однозначно расценено как успех, активно в нее включаются,

выбирают средства и предпочитают действия, направленные на достижение поставленной цели. Они рассчитывают получить внешнее одобрение за действия, направленные на достижение поставленной цели, а связанная с этим работа вызывает у них внутреннее чувство удовлетворения. Для этих подростков характерна полная мобилизация доступных им ресурсов и сосредоточенность внимания на достижении поставленной цели.

Подростки с мотивом на избегание неудач, в большинстве своем, стараются выбирать задания с оптимальным для себя уровнем сложности, минимальной мерой ответственности. Их интересуют или слишком легкие, гарантированные к решению задачи, или чрезмерно трудные задачи, неуспешность решения которых может быть объяснена очевидным образом. Такие подростки редко проявляют инициативу, стараются выбирать задания с возможно меньшей мерой ответственности, склонны к переоценке своих успехов в свете неудач, не склонны планировать на перспективу. Считается, что человек мотивированный на избежание неудач проявляет неуверенность в себе, не верит в возможность добиться успеха, боится критики. С деятельностью, в которой велика вероятность неудачи у него, обычно, связаны отрицательные эмоциональные переживания, он не испытывает удовольствия от нее.

Таким образом, к особенностям старшего подросткового периода можно отнести появление центрального и специфического новообразования – чувства взрослости, формирование подростком под воздействием самопознания «Я-

концепции». Ведущей деятельностью старшего подростка становится учебно-профессиональная. На ее основе и на основе стремления взрослеющей личности к саморазвитию, самосовершенствованию и самоактуализации постепенно происходит изменение мотивов и стремлений, переосмысление своей роли в социуме и своего отношения с собственному будущему. Познавательная мотивация уступает свою роль достиженческой мотивации, которая реализуется подростками в соответствии с выбранной тактикой в различных жизненных ситуациях как мотив достижения успеха или мотив избегания неудачи.

Особенностью развития когнитивного компонента сознания в подростковом возрасте является овладение процессом образования понятий, ведущее как высшая форма интеллектуальной деятельности к новым способам поведения. У подростков увеличивается способность устанавливать максимальное количество смысловых связей, все большее значение приобретает теоретическое, абстрактное мышление. Под влиянием развития абстрактного мышления у подростков появляются «фантазии», которые становятся исключительно субъективной формой мышления. Для подростка становится возможным оперировать значениями и смыслами, соединяя воображение и мышление, он может хорошо концентрировать и управлять своим вниманием. В подростковом возрасте происходит перестройка смысловой памяти, происходит переход от механического запоминания к смысловому, логическому. К

процессам запоминания подключается мышление. Эти процессы влияют на развитие речи как количественно, так и качественно – за счет усвоения множества значений, закодированных в языке [14].

Рост когнитивных способностей у старших подростков дает им возможность более глубокого осмысления взаимосвязей реального мира, способствует ускорению мыслительных процессов, влияет на коммуникативные способности, расширяя среду общения как способ получения новой значимой информации и навыков.

### **1.3.1 Модель развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков**

Моделирование – исследование процессов с помощью их реальных (физических) или идеальных моделей.

Моделирование в психологии – построение моделей осуществления тех или иных психологических процессов с целью формальной проверки их работоспособности.

Модель дает возможность сосредоточить внимание исследователя лишь на главных, наиболее существенных чертах объекта исследования.

Под моделью в педагогике и психологии понимается некоторый материальный или мысленно представляемый объект или явление, а также система объектов или знаков, замещающие оригинал, сохраняющие только некоторые важные его свойства, качества и связи предметов. Иными словами, модель включает в

себе явление действительности или сам объект, отображая их основные характеристики, но в схематичной форме.

Необходимость моделирования возникает в психологии, когда:

- системная сложность объекта является непреодолимым препятствием для создания его целостного образа на всех уровнях детальности;

- требуется оперативное изучение психологического объекта в ущерб детальности оригинала;

- изучению подлежат психические процессы с высоким уровнем неопределенности и неизвестны закономерности, которым они подчиняются;

- требуется оптимизация исследуемого объекта путем варьирования входных факторов.

Задачи моделирования в психологии:

- описание и анализ психических явлений на различных уровнях их структурной организации;

- прогнозирование развития психических явлений;

- идентификация психических явлений, т. е. установление их сходства и различия;

- оптимизация условий протекания психических процессов.

Целеполагание является первым этапом моделирования.

В рамках системного подхода для представления общей логики процесса исследования в работе использован метод планирования «Дерево целей» Названный термин в рамках теории обучения введен в научный оборот Б. С. Гершунским. Для

психологических исследований метод «Дерево целей» был разработан профессором В. И. Долговой. Как метод планирования дерево целей основывается на теории графов и представляет собой как траекторные, определяющие направление движения к заданным стратегическим целям, так и точечные, определяющие достижение тактических целей, которые характеризуют степень приближения к заданным целям по заданной траектории [24, с.41].

Дерево целей является главным инструментом декомпозиции цели – увязки целей высшего уровня с конкретными средствами их достижения на низшем уровне через ряд промежуточных звеньев.

В дереве целей выделяются:

- генеральная цель («вершина дерева»);
- подчиненные ей подцели первого, второго и последующего уровней («ветви дерева»).

При этом в понятие целей на разных уровнях вкладывается различное содержание: от объективных потребностей и желаемых направлений развития на верхнем уровне дерева до решения конкретных практических задач и осуществления отдельных мероприятий на нижних уровнях.

Анализ теоретических предпосылок проблемы позволил нам разработать дерево целей нашего исследования, представленное на рисунке 1.

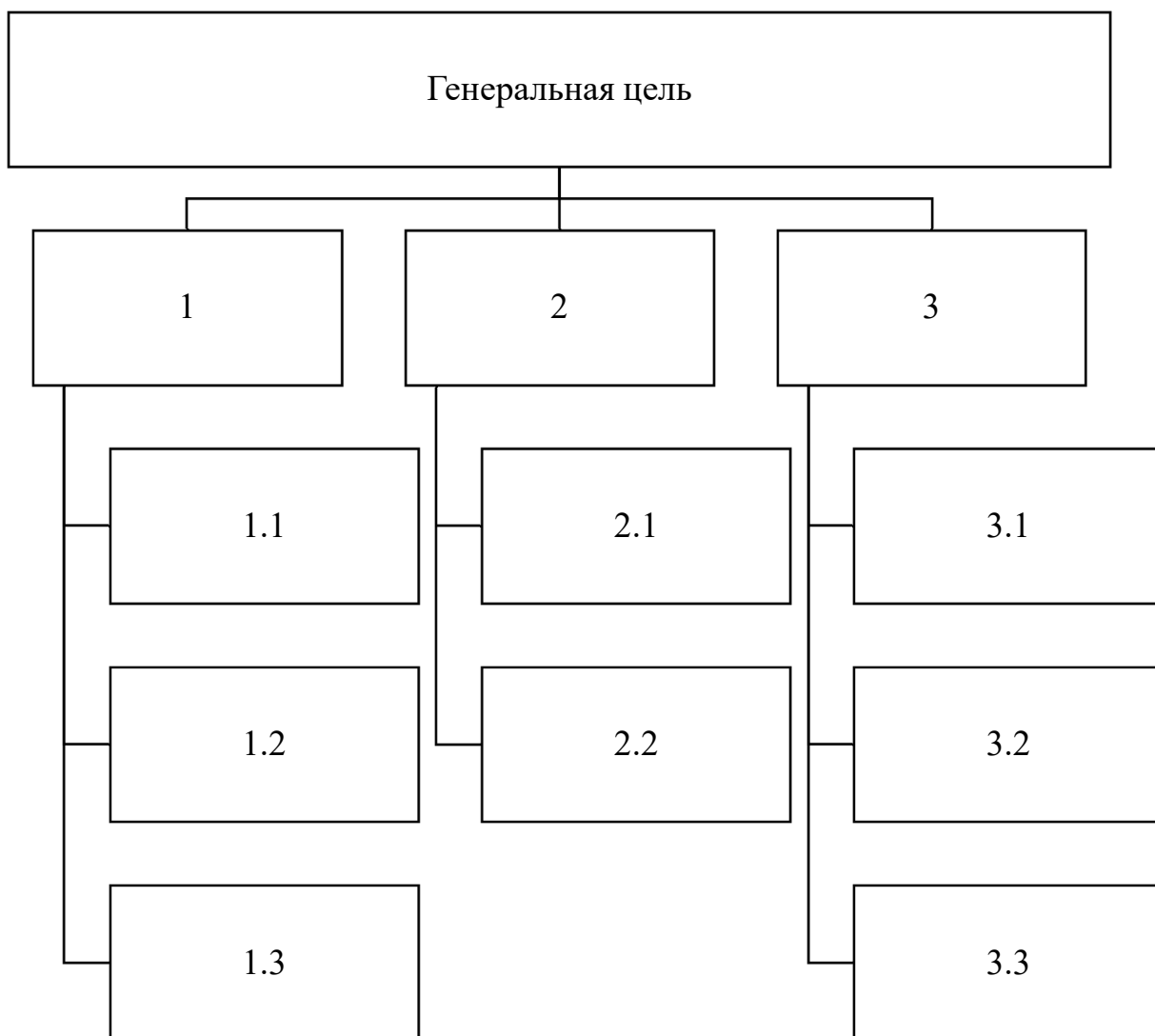


Рисунок 1 – «Дерево целей» моделирования развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков

Генеральная цель: теоретически обосновать, разработать и экспериментально подтвердить эффективность программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков.

1. Проанализировать теоретические предпосылки исследования развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков.



1.1 Изучить и проанализировать феномен «мотивация в достижении успеха», развития представления о понятии в психологии.

1.2 Выявить особенности мотивации достижения у старших подростков.

1.3 Разработать модель развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков.

2. Организовать и провести исследование мотивации в достижении успеха у старших подростков.

2.1 Определить этапы, подобрать методы и методики исследования.

2.2 Охарактеризовать выборку исследования и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.

3. Выполнить опытно-экспериментальное исследование развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков.

3.1 Разработать программу развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков.

3.2 Проанализировать результаты реализации программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков.

3.3 Внедрить результаты исследования и составить рекомендации по развитию когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков.

На основе дерева целей и проведённого анализа теоретических аспектов проблемы исследования, была

разработана модель развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков представленная на рисунке 2.

## ГЕНЕРАЛЬНАЯ ЦЕЛЬ:

теоретически обосновать, разработать и экспериментально подтвердить эффективность программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков



### ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ БЛОК

**Задачи:** изучить понятие «мотивация в достижении успеха», выявить особенности мотивации достижения у старших подростков. Разработать модель развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков

**Методы:** анализ и обобщение литературы, синтез, целеполагание, моделирование.



### ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК

**Задача:** провести первичное диагностирование мотивации в достижении успеха у старших подростков. Проанализировать результаты.

**Методики:** «Диагностика мотивации успеха и избегания неудачи» (А. А. Реан); «Общая шкала удовлетворения базовых потребностей» (Э. Дэси, Р. Райан, в адаптации И. Ю. Суворовой); «Способность самоуправления» (Н. М. Пейсахов). Критерий мат.статистики  $r_s$ -Спирмена.



### РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК

**Задача:** разработать и реализовать программу развития когнитивного компонента мотивации у старших подростков.

**Методы:** мини-лекции, упражнения, анализ ситуаций, тестирование, групповая дискуссия.



### АНАЛИТИЧЕСКИЙ БЛОК

**Задачи:** провести диагностическое исследование после реализации программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков, проанализировать результаты исследования, доказать эффективность проведенного эксперимента. Дать рекомендации.

**Методики:** «Диагностика мотивация успеха и избегания неудачи» (А. А. Реан); «Общая шкала удовлетворения базовых потребностей» (Э. Дэси, Р. Райан, в адаптации И. Ю. Суворовой); «Способность самоуправления» (Н. М. Пейсахов). Критерий мат.статистики T-Вилкоксона.



## РЕЗУЛЬТАТ:

Развитие когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков.

## Рисунок 2 – Модель развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков

В модель развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков включено четыре блока: теоретический, диагностический, формирующий и аналитический.

**Теоретический блок.** Изучается понятие «мотивация в достижении успеха». Выявляются особенности проявления мотивации достижения у старших подростков.

**Диагностический блок.** Посвящен проведению констатирующего эксперимента. Характеризуются этапы, методы и методики исследования. Описывается выборка и анализируются результаты исследования. Для поиска коррелирующих значений выполняется математическая обработка экспериментальных данных с помощью  $r_s$ -критерия Спирмена.

**Развивающий блок.** Содержит в себе описание выборки, разработку и проведение программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков.

**Аналитический блок.** Посвящен проведению итогового констатирующего эксперимента для диагностирования изменений, полученных в результате развивающего воздействия. Результаты итогового констатирующего эксперимента сравниваются с данными исходного констатирующего эксперимента, производится их количественный и качественный анализ. Для подтверждения эффективности реализации

программы исследования и подтверждения исходной гипотезы выполняется математическая обработка полученных экспериментальных данных с помощью Т-критерия Вилкоксона. Составляется технологическая карта внедрения результатов исследования и даются психолого-педагогические рекомендации.

Построенная нами модель развития когнитивной составляющей мотивации в достижении успеха у старших подростков дает возможность сосредоточить внимание на наиболее существенных и важных составляющих этапов исследования.

### Выводы по главе 1

Мотивация достижения – одна из разновидностей мотивации деятельности, направленная на достижение некоторого результата, к которому может быть применен критерий успешности, то есть при использовании некоторых стандартов оценки он может быть сопоставлен с другими результатами.

Мотивация в достижении успеха – это устойчивое свойство личности, выраженное в стремлении к улучшению своих результатов в любых видах деятельности, неудовлетворенность достигнутым, настойчивость в достижении целей, стремление добиваться своего вопреки возникающим препятствиям.

Когнитивный компонент мотивации в достижении успеха включает в себя когнитивные способности самой личности, когнитивные процессы, связанные с поиском и выбором цели

деятельности, способом достижения цели, и логической оценкой уровня сложности задачи.

Подростковый период – это период самопознания и самоопределения, формирования собственной Я – концепции и построение на ее базе новых конструктивных межличностных отношений. Учебно-профессиональная ведущая деятельность в этом возрастном периоде является отражением внутренних потребностей взрослеющей личности. В ходе нее, основываясь на происходящих личностных изменениях, подросток формулирует для себя свои будущие цели, начинает самостоятельно выбирать пути их достижения, планировать временные, материальные ресурсы и требуемые усилия. Успешность начинает мотивировать подростка. Познавательная мотивация уходит в тень мотивации достижения.

Особенностью развития когнитивного компонента сознания в подростковом возрасте является овладение процессом образования понятий, ведущее как высшая форма интеллектуальной деятельности к новым способам поведения. У подростков увеличивается способность устанавливать максимальное количество смысловых связей, все большее значение приобретает теоретическое, абстрактное мышление. Для подростка становится возможным оперировать значениями и смыслами, соединяя воображение и мышление, он может хорошо концентрировать и управлять своим вниманием. В подростковом возрасте происходит переход от механического запоминания к

смысловому, логическому. К процессам запоминания подключается мышление.

Для представления общей логики процесса исследования развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков в работе был использован метод планирования «Дерево целей». С учетом анализа теоретических аспектов проблемы была разработана модель развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков, включающая теоретический блок, блок первичной диагностики, развивающий блок, аналитический блок для повторной диагностики и анализа результатов исследования.

## **II. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ МОТИВАЦИИ В ДОСТИЖЕНИИ УСПЕХА У СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ**

### **2.1. Этапы, методы и методики исследования**

Цель исследования – выявить уровень мотивации в достижении успеха у старших подростков.

Исследование мотивации в достижении успеха у старших подростков происходило в три этапа:

#### **1. Поисково-подготовительный этап.**

На данном этапе были теоретически изучены научные источники по тематике исследования, подобраны три методики для проведения эксперимента с учетом возрастных характеристик испытуемых и темы исследования.

#### **2. Опытно-экспериментальный этап.**

На данном этапе с помощью подобранных методик было проведено констатирующее психодиагностическое исследование. Полученные результаты исследования были обработаны, выражены в виде таблиц данных и диаграмм, разработана и реализована программа развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков.

#### **3. Контрольно-обобщающий этап.**

На данном этапе проведена итоговая диагностика, были проанализированы и обобщены результаты, полученные в ходе исследования, проведена обработка результатов статистическим методом, проверена гипотеза, сформулированы общие выводы.



В ходе проведения исследования использовались следующие методы:

1. Теоретические методы: анализ, синтез, целеполагание, обобщение.

2. Эмпирические методы: констатирующий эксперимент, тестирование по методикам: «Диагностика мотивации успеха и боязни неудач» А. А. Реана, «Общая шкала удовлетворения базовых потребностей» Э. Дэси, Р. Райана в адаптации И. Ю. Суворовой, «Методика самоуправления» Н. М. Пейсахова.

3. Математико-статистические методы:

– расчет  $r_s$ -критерия коэффициента ранговой корреляции Спирмена;

– расчет Т-критерия Вилкоксона [49].

Статистические критерии рассчитывались с помощью программы Excel.

На поисково-подготовительном этапе, на основании анализа найденной в информационной среде научной литературы были поставлены цели исследования и синтезирован план опытно-экспериментального этапа исследования, подобраны методики выполнения исследования. На опытно-экспериментальном этапе, результаты тестирования были синтезированы в итоговые таблицы и диаграммы. На контрольно-обобщающем этапе были проанализированы результаты исследования, сделаны выводы.

Анализ – это разложение исследуемого целого на части, выделение отдельных признаков и качеств явления, процесса или отношений явлений, процессов. Процедуры анализа входят

органической составной частью во всякое научное исследование и обычно образуют его первую фазу, когда исследователь переходит от нерасчлененного описания изучаемого объекта к выявлению его строения, состава, его свойств и признаков.

Синтез – соединение различных элементов, сторон предмета в единое целое (систему). Синтез противоположен анализу, с которым он неразрывно связан. Синтез как познавательная операция выступает в различных функциях теоретического исследования. Любой процесс образования понятий основывается на единстве процессов анализа и синтеза [51, с.80].

Целеполагание – метод, состоящий в определении цели как субъективно-идеального образа желаемого и воплощении ее в объективно-реальном результате деятельности. Целеполагание — процесс выбора одной или нескольких целей с установлением условий допустимых отклонений для управления процессом исследования.

Обобщение – метод, основанный на выделении и фиксации относительно устойчивых, инвариантных свойств объектов и их отношений. В результате обобщения выбираются наиболее типичные, присущие всем или многим объектам свойства либо процессы, несмотря на частные или случайные исключения [51, с.80].

На опытно-экспериментальном этапе исследования для сбора данных был поставлен констатирующий эксперимент, с помощью тестирования – применения стандартизированных вопросов, имеющих определенную шкалу значений.

Констатирующий эксперимент – это эксперимент, устанавливающий наличие какого-либо непреложного факта или явления. Эксперимент становится констатирующим, если исследователь ставит задачу определения актуального уровня развития изучаемого свойства у испытуемого или группы испытуемых.

Тестирование – диагностическая процедура, заключающаяся в применении тестов. Тесты обычно задаются испытуемым либо в виде перечня вопросов, требующих кратких и однозначных ответов, либо в виде задач, решение которых не занимает много времени и также требует однозначных решений [51, с.96].

С помощью математико-статистических методов были обработаны результаты эксперимента с целью обнаружения взаимосвязей между исследуемыми параметрами ( $r_s$ -критерий Спирмена) на этапе исследования когнитивного компонента мотивации в достижении успеха, и с целью качественной оценки результатов опытно-экспериментального исследования путем сопоставления показателей, измеренных на одной и той же выборке испытуемых на начальном и конечном этапе реализации программы (Т-критерий Вилкоксона).

Для тестирования были выбраны и применялись три методики.

Методика «Диагностика мотивации успеха и боязни неудач» А. А. Реана [34, с.382].

Задача применения методики в исследовании – диагностировать у испытуемых уровень мотивации достижения и

ее направленность как мотив достижения успеха или мотив избегания неудач.

Опросник А. А. Реана прост и валиден для определения у испытуемых мотивационной направленности.

При выраженности мотива достижения успеха у испытуемого человек стремится в любой выбираемой им деятельности достичь значимого для него результата. Такие люди, обычно, уверены в себе и своих силах, целеустремленные и активные.

При выраженности у испытуемого мотива избегания неудач направленность действия человека связана с целью избегания наступления неблагоприятных для него фактов, последствий. Такие люди, обычно, отличаются повышенной тревожностью, низкой уверенностью в своих силах. [34].

Тест состоит из 20 суждений, по поводу которых испытуемым предлагается выбрать один из двух вариантов ответа – «да» или «нет». Ответы обрабатываются с помощью ключа. Ответы, совпадающие с ключевыми по коду, суммируются: по 1 баллу за каждый совпавший ответ. Сумма итоговых баллов до 7 характеризует низкий уровень мотивации достижения, от 8 до 9 – как мотив близкий к избеганию неудач, от 10 до 11 – неопределенный, от 12 до 13 – как мотив близкий к стремлению к успеху. Мотив стремления к успеху у испытуемого выявляется в случае итоговой суммы баллов от 14 и выше.

Методика «Общая шкала удовлетворения базовых потребностей» Э. Дэси, Р. Райана в адаптации И. Ю. Суворовой [61].

Задача применения методики исследования – определить уровень удовлетворения внутренних базовых потребностей у испытуемых по шкале «потребность в автономии», «потребность в компетентности», «потребность в принадлежности», найти связь удовлетворения базовых потребностей с уровнем мотивации в достижении успеха.

Согласно теории самодетерминации человеку присущи три внутренние потребности: в автономии, в компетентности и в принадлежности, которые являются врожденными, базовыми и универсальными для каждого. Эти потребности должны постоянно удовлетворяться людьми для развития и успешного функционирования личности, ее психологического роста, интеграции и благополучия. Неудовлетворение одной из универсальных потребностей защитные механизмы психики компенсируют за счет удовлетворения других.

Опросник включает в себя 21 утверждение, согласие с каждым из которых оценивается по 7-бальной шкале от 1 – «совсем не согласен» до 7 – «полностью согласен». В каждой шкале используются как прямые, так и обратные утверждения.

Ответы испытуемых на суждения обрабатываются с помощью ключа. Показатели по шкалам рассчитываются как средние, с учетом обратности отдельных утверждений.

«Методика самоуправления» Н. М. Пейсахова [60, с.339].

Задача применения методики – определить способности человека к владению собой в различных ситуациях, связанных с изменениями.

Способность самоуправления включает следующие этапы:

1. Оценка ситуации и анализ противоречий.
2. Создание модели-прогноза развития ситуации.
3. Целеполагание – создание субъективной модели желаемой коррекции ситуации.
4. Планирование – создание системы средств и последовательности их применения для достижения поставленной цели.
5. Принятие решения – переход от плана к действиям.
6. Подбор критериев оценки – показателей, которыми будут оцениваться успехи в реализации плана.
7. Самоконтроль – сбор информации о том, как идет выполнение плана в реальном общении, поведении, деятельности.
8. Коррекция – изменения реальных действий по их ходу, в зависимости от результатов и критериев оценки.

Опросник включает в себя 48 утверждений, согласие с каждым из которых оценивается по шкале «да» / «нет».

Ответы испытуемых на суждения обрабатываются с помощью ключа – контрольной карточки. Оценка результатов производится по специальной психодиагностической гендерной шкале в зависимости от баллов, рассчитанных в контрольной карточке. Выставляется как общая оценка способности человека к

самоуправлению, так и поэтапная, что позволяет выявлять потенциал развития.

Таким образом, опытно-экспериментальное исследование проходило в три этапа: поисково-подготовительный этап, опытно-экспериментальный этап и контрольно-обобщающий.

В исследовании мотивации достижения успеха у старших подростков были использованы следующие методы и методики: анализ, синтез, целеполагание, обобщение, констатирующий эксперимент, тестирование протестированы по методикам: «Диагностика мотивации успеха и боязни неудач» А. А. Реана, «Общая шкала удовлетворения базовых потребностей» Э. Дэси, Р. Райана, в адаптации И. Ю. Суворовой, «Методика самоуправления» Н. М. Пейсахова, непараметрические критерии математической статистики  $r_s$ -критерий Спирмена и Т-критерий Вилкоксона.

Этапы, методы и методики полностью отвечают целям и задачам исследования.

## **2.2. Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента**

В констатирующем эксперименте приняли участие 31 человек – учащиеся второго курса среднего профессионального образования хореографического факультета Южно-Уральского государственного института искусств им. П. И. Чайковского. Средний возраст испытуемых – 17 лет. Группа испытуемых состоит из 29 девушек и 2 юношей. Испытуемые физически и психически здоровы. Испытуемые обучаются второй год,

отношение в коллективах конкурентные. Успеваемость по общеобразовательным предметам – средняя, по профессиональным предметам – высокая. Исследуемые понимают друг друга достаточно хорошо, быстро находят общий язык, что связано с общностью возраста и профессиональных интересов. Основные виды деятельности исследуемых – учебная, общественная и профессионально-творческая.

Особенностью выборки, способной оказать влияние на результаты исследования, является профессиональная направленность учебной деятельности участников. Кроме того, что все участники эксперимента при поступлении в образовательное учреждение профессиональной направленности уже осуществили выбор профессии, который их сверстникам, учащимся в общеобразовательной школе, еще предстоит сделать, они, по особому роду своих занятий (хореография) сделали его достаточно давно. В группе испытуемых занимаются люди, твердо определившиеся со своей жизненной и особой – творческой профессиональной целью, идущие к ней. В этом смысле, мотивация испытуемых изначально должна быть выше среднего уровня, что и подтверждается анализом полученных данных.

Исследование происходило в соответствии с требованиями, определенными методиками. Внимание испытуемых было обращено на цель проведения исследования – изучение мотивации достижения.

Результаты тестирования уровня и направленности мотива достижения по методике «Диагностика мотивации успеха и боязни



неудачи» (А. А. Реан) представлены в виде диаграммы на рисунке 3 и в таблице 3 ПРИЛОЖЕНИЯ 2.

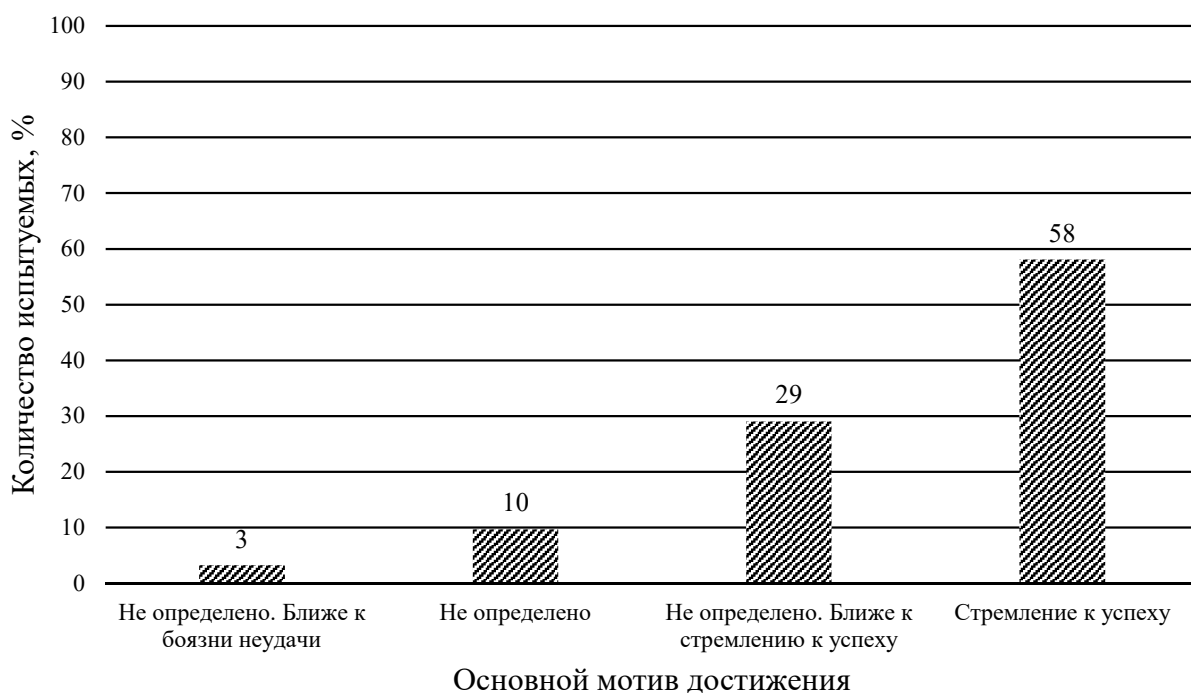


Рисунок 3 – Результаты исследования по методике «Диагностика мотивации успеха и боязни неудачи» А. А. Реана

Анализ полученных результатов тестирования позволяет сделать следующие выводы. Более половины испытуемых – 58 % (18 чел.) имеют выраженный мотив стремления к успеху. Неопределенный мотив у остальных испытуемых разбивается на три: ближе к стремлению к успеху – 29 % (9 чел.), ближе к боязни неудачи – 3 % (1 чел.), и неопределенный – 10 % (3 чел.).

Подводя итог исследованию мотивации достижения можно сделать вывод, что в группе испытуемых старших подростков доминирует мотив достижения успеха над мотивом избегания неудач.

Результаты тестирования испытуемых по методике «Общая шкала удовлетворения базовых потребностей» Э. Деси, Р. Райна в адаптации И. Ю. Суворовой представлены в виде диаграммы на рисунке 4 и в таблице 4 ПРИЛОЖЕНИЯ 2.



Рисунок 4 – Результаты исследования по методике «Общая шкала удовлетворения базовых потребностей» Э. Деси, Р. Райна, в адаптации И. Ю. Суворовой

Анализ полученных результатов тестирования позволяет сделать следующие выводы.

Из рисунка 4 видно, что 71 % испытуемых (22 чел.) имеют высокий, 29 % (9 чел.) имеют средний, уровень удовлетворенности потребности в автономии. Низкого уровня удовлетворения потребности в автономии нет ни у одного испытуемого.

Среди испытуемых 58 % (18 чел.) обладают средним, 42 % (13 чел.) обладают высоким уровнем удовлетворения базовой потребности в компетентности. Низкого уровня удовлетворения базовой потребности в компетентности нет ни у кого из испытуемых.

Среди испытуемых 68 % (21 чел.) обладают средним уровнем потребности в принадлежности, еще 32 % (10 чел.) имеют высокий уровень удовлетворения потребности в принадлежности. Низкого уровня удовлетворения потребности в принадлежности не диагностировано.

Диагностируемые у испытуемых уровни удовлетворения потребностей в компетентности и принадлежности приемлемы для психологического благополучия испытуемых, хотя имеют потенциал к росту.

Результаты тестирования уровня способности самоуправления у испытуемых по методике «Методика самоуправления» Н. М. Пейсахова представлены в виде диаграммы на рисунке 5 и в таблице 5 ПРИЛОЖЕНИЯ 2.

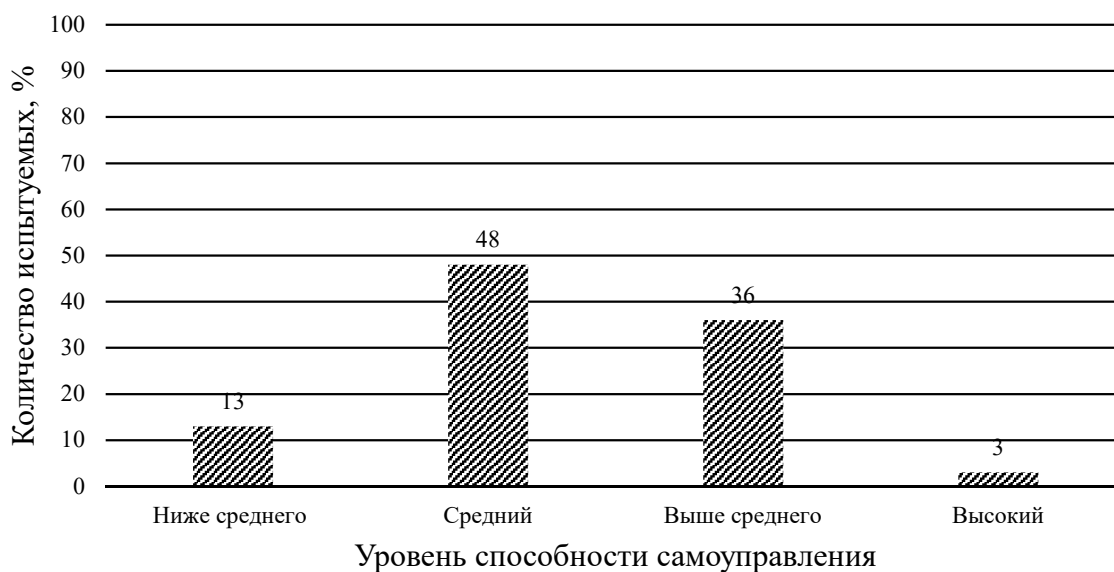


Рисунок 5 – Результаты исследования по методике «Методика самоуправления» Н. М. Пейсахова

Анализ полученных результатов тестирования по методике «Методика самоуправления» Н. М. Пейсахова позволяет сделать следующие выводы.

Большинство испытуемых имеет средний уровень способности самоуправления – 48 % (15 чел.). Уровень самоуправления выше среднего имеют 36 % (11 чел.) испытуемых. Среди испытуемых 13 % (4 чел.) обладают низким, 3 % (1 чел.) обладают высоким уровнем самоуправления.

Ценность этой методики диагностики в том, что она дает возможность дополнительного диагностирования у испытуемых состояния отдельных этапов самоуправления, с которыми можно предметно работать в последующем опытно-экспериментальном исследовании, более точно воздействуя на каждого испытуемого для помощи в коррекции именно его проблемы.

С целью проверки возможности совместного использования вышеперечисленных методик, по таблицам исходных значений результатов тестирования был проведен корреляционный анализ. В результате расчетов мы получили значения коэффициента корреляции рангов  $r_s$ -критерий Спирмена представленные в таблице 6 ПРИЛОЖЕНИЯ 2.

На основании рассчитанных и приведенных в таблице коэффициентов корреляции можно сделать следующие выводы:

1. Существует статистически значимая сильная прямая зависимость между уровнем мотивации достижения и способностью самоуправления ( $r_s$ -Спирмена 0,79), что подтверждает нашу гипотезу о том, что

развитие способностей самоуправления у испытуемых может привести к развитию мотива достижения успеха.

2. Существует статистически значимая прямая умеренная корреляционная зависимость ( $r_s$ -Спирмена 0,40) от между удовлетворением базовых потребностей в автономии и мотивацией достижения, что подтверждает гипотезу исследования о том, что развитие автономии у испытуемых может привести к развитию мотива достижения успеха.

3. Существует статистически значимая прямая средняя корреляционная зависимость ( $r_s$ -Спирмена 0,66) от между удовлетворением базовых потребностей в автономии и способностью самоуправления, что дает нам дополнительные доказательства взаимного влияния этих параметров, и позволяет рассчитывать на успех разработанной программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков.

Таким образом, в ходе констатирующего эксперимента изучения мотивации достижения у старших подростков, было установлено, что в группе испытуемых преобладает мотив достижения успеха. Удовлетворенность базовых потребностей в автономии, в компетентности и принадлежности находится на высоком уровне. Корреляционный анализ результатов исследования выявил статистически значимые корреляционные связи от слабых до умеренных между удовлетворением базовых потребностей личности и мотивацией достижения, сильную

корреляционную связь между уровнем мотива достижения успеха и способностью самоуправления испытуемого.

## Выводы по главе 2

Исследование мотивации в достижении у старших подростков проходило в три этапа. На поисково-подготовительном этапе были проанализированы научные источники, выбраны подходящие для исследования методики. На опытно-экспериментальном этапе выборка из 31 человек, учащихся хореографического факультета второго курса среднего профессионального образования Южно-Уральского государственного института искусств им. П. И. Чайковского была протестирована по выбранным методикам. На контрольно-обобщающем этапе полученные в результате эксперимента данные были проанализированы и обобщены, по ним сделаны выводы.

В группе основным мотивом достижения в группе является мотивы стремления к успеху и близко к нему, которые диагностированы у 87 % испытуемых. Направленности мотива достижения на избегание неудач в группе испытуемых выявлено не было. Неопределенный мотив и мотив близко к боязни неудач был диагностирован у 13 % испытуемых. При исследовании уровня удовлетворения внутренних базовых потребностей были определены доминирующие у испытуемых в группе высокие уровни удовлетворения потребности в автономии, в компетентности и принадлежности.

Результаты исследования говорят об очень высоком уровне мотивации в достижении успеха у испытуемых, что можно объяснить, как с точки зрения возможного совпадения их личных устремлений с профессиональными, так и с точки зрения того, что участники исследования – люди творческой профессии, для выбора которой нужна длительная предварительная профессиональная подготовка, на этапе которой, происходит формирование психологических качеств, играющих важную роль в успешности любой деятельности, таких как настойчивость и целеустремленность. Вместе с тем, преобладание высокого уровня мотива достижения успеха (58 %) у испытуемых часто имеет своей обратной стороной невозможность поддержания успешной деятельности на длительном промежутке времени без ущерба для здоровья.

Существование статистически-достоверной корреляционной связи между мотивом достижения успеха, способностью самоуправления и удовлетворенностью потребности в автономии – основной, внутренней базовой потребности человека, подтвердило предположение о возможности совместного использования методик в ходе дальнейших исследований, в том числе для оценки итогов экспериментов.

Сравнивая полученные в ходе констатирующего эксперимента результаты с результатами других исследований, близких по теме [30, 35, 38], обращают на себя внимание следующие отличия:

– большой процент испытуемых, у которых преобладает мотив стремления к успеху;

– отсутствие испытуемых с мотивом избегания неудач.

Отличия, возможно, объясняются особенностями выборки испытуемых – сильное и продолжительное влияние профессиональной направленности деятельности на потребностно-мотивационную сферу испытуемых.

Критерием отбора участников в программу развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха примем наличие низкого или неопределенного уровня мотивации в достижении успеха, измеренного по методике «Диагностика мотивации успеха и боязни неудачи» А. А. Реана.

По итогам проведенного исследования мотивации в достижении успеха из общего числа испытуемых исследования выбираем 13 участников программы: 11 девушек и 2 юноши.

Эффективным результатом реализации программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков будем считать достижение уровней мотивации в достижении успеха у участников программы не ниже неопределенного.



**ГЛАВА 3 ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ  
ИССЛЕДОВАНИЕ  
РАЗВИТИЯ КОГНИТИВНОГО КОМПОНЕНТА  
МОТИВАЦИИ В ДОСТИЖЕНИИ УСПЕХА  
У СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ**

**3.1. Программа развития когнитивного компонента  
мотивации в достижении успеха у старших подростков**

Существует два подхода к развитию внутренней мотивации, в том числе, к развитию мотивации в достижении успеха. Первый основан на внешнем объективном воздействии на человека, структуру и содержание его деятельности. Преобразуя среду вокруг человека можно надеяться на внесение некоторых изменений в мотивационную структуру личности. В другом подходе основное внимание уделяется самой личности, ее потенциалу, стремлению к саморазвитию. Развитие когнитивного компонента мотивации в достижении успеха предполагает построение программы на основе второго подхода, воздействие в большей степени на мышление участников программы.

**Когнитивные психологические концепции** рассматривают мотивацию как механизм выбора определенной формы поведения. Чтобы сделать выбор, надо обратиться к процессу мышления, иными словами, главным принципом в построении программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха, ее акцентом должно быть приложение усилий к осознанию участниками программы сути явлений потребностно-

мотивационной сферы и их взаимосвязи между собой, используя доступные инструменты когнитивного развития: восприятие, память, формирование понятий, воображение и логика.

Когнитивный компонент мотивации в достижении успеха включает в себя когнитивные свойства самой личности, определяющие уровень мотива достижения успеха, когнитивные процессы, связанные с поиском и выбором цели деятельности, способа достижения цели, и логическую оценку уровня сложности задачи.

Цель программы: развитие когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков.

Задачи программы:

1. Воздействуя на когнитивный компонент сознания участников программы изучить систему понятий потребностно-мотивационной сферы личности и особенности мотивации достижения успеха у старших подростков.

2. Активизировать процесс самопознания, способствующий осознанию участниками программы своих мотивов.

3. Изучить основы целеполагания.

4. Создать условия для раскрытия потенциала участников программы к изменениям.

4. Изучить основы самоуправления.

5. Определить личностную значимость полученных участниками программы изменений когнитивного компонента мотивации в достижении успеха.

Структура программы включает в себя три этапа: вводный, основной и заключительный. Вводный этап состоит из объяснения целей программы, составления расписания занятий, формирования контакта между участниками, доверия к группе и осознания необходимости деятельного участия в программе. Основной блок заключается в проведении мини-лекций и упражнений. Заключительный блок включает в себя подведение итогов, определения эффективности проведенной программы.

Программный цикл состоит из 10 занятий. Занятия проводятся 1 – 2 раза в неделю. Продолжительность каждого занятия 40 – 45 минут. Форма работы: групповая.

Структура занятий состоит из ритуала приветствия, основной части, ритуала прощания.

Используемые методы: мини-лекция, дискуссия, упражнения, анкетирование.

Условия проведения программы и необходимое оборудование: класс или любое другое просторное помещение; стулья; доска или листы ватмана; фломастеры; ручки и тетради для записи информации; памятки по мини-лекциям.

В программе участвуют лица с выявленным, в ходе диагностики, низким и неопределенным уровнем мотива достижения успеха.

Программа рассчитана на применение среди старших подростков, может быть адаптирована для любого возраста, её можно дифференцировать в зависимости от индивидуально-

психологических особенностей подростков, входящих в состав группы.

В программе приняли участие 13 человек.

Этап 1 Познание (восприятие) себя и отношений с окружающим миром.

Цель этапа: введение участников в тематику программы.

Занятие 1 Знакомство.

Цель: сформировать контакт с участниками, ознакомить их с предстоящей работой, сформировать готовность к изменениям, активизировать и сблизить членов группы

Занятие 2 Я и Мы.

Цель: самодиагностика, взаимонастойка, развитие способности понимать абстрактные понятия через конкретные, развитие умения использовать метафору.

Этап 2 Мотивация в достижении успеха

Цель этапа: сформировать основные понятия о потребностно-мотивационной сфере личности и ее связи с успехом.

Занятие 3 Потребности и мотивы. Мотивация.

Цель: сформировать основные понятия о потребностно-мотивационной сфере личности. Выявить индивидуальный уровень потребности в достижении.

Задача 1: Сформировать основные понятия о потребностно-мотивационной сфере личности.

Мини-лекция «Потребности, Мотивы и Мотивация. Мотивация достижения. Мотив достижения успеха, мотив избегания неудач.»

Основные тезисы лекции:

Термин «мотивация» в психологии применяют для определения всей совокупности причин психологического характера, объясняющих поведение человека.

«Потребность» как самостоятельная научная проблема стала рассматриваться в первой четверти двадцатого века в общем случае как переживание нужды или избытка в чем-то, стремящееся к достижению баланса.

Мотив от лат. «moveo» – «двигаю». Под мотивом подразумевают потребность, цель, намерение, побуждение, свойства личности, состояния личности. Считается, что внешний или внутренний стимул побуждает к действию не прямо, а опосредованно, через мотив. Именно мотив отвечает за психическую регуляцию осознания стимула, придания ему значимости, определения цели и поиску ресурсов для ее достижения.

Дж. Аткинсон предложил оценивать уровень мотивации достижения успеха как произведение силы мотива достижения успеха, зависящую от личностных свойств человека, на субъективно оцениваемую вероятность достижения поставленной цели и на личностное значение достижения данной цели для человека.

Условия деятельности, при которых субъект воспринимает ее как деятельность достижения (Х. Хеккаузен): осязаемость результата деятельности, возможность его количественной или качественной оценки, оптимальная трудность для достижения результата, наличие нормативного уровня результата, желанность деятельности, направленной на результат.

Под мотивацией достижения в современной психологии понимается стремление человека превзойти уже достигнутый уровень исполнения или реакции, соревнование с самим собой. Эта мотивация проявляется как тенденция к улучшению результатов, переживанию успеха в любой деятельности (значимой или незначимой), стремление закончить выполняемую деятельность во что бы то ни стало, с максимально возможным результатом. Мотивация достижения поддерживает процесс формирования целей, лежит в основе настойчивости при преодолении возникающих препятствий, стремлениям человека к улучшениям.

По мнению, разделяемому большинством современных исследователей, побуждением к деятельности могут стать, как мотив достижения успеха, так и мотив избегания неудач. Одни больше стремятся к успеху, активно берутся за решение сложных вопросов, встающих у них на жизненном пути, другие стараются сохранить достигнутое. В то время как люди с преобладанием мотива достижения успеха, стремятся выбирать задания умеренной трудности, другие, под воздействием мотива избегания неудач, выбирают либо исключительно легкие задания, где успех

буквально гарантирован, либо исключительно трудные задания, где неудача ожидаема и, следовательно, не будет делом личной ответственности. Характерно, что для первых неудача является стимулом приложить дополнительные усилия, а вторые успеху предпочитают безопасность.

Мотивация в достижении успеха – стремление к улучшению своих результатов в любых видах деятельности, неудовлетворенность достигнутым, настойчивость в достижении целей, стремление добиваться своего вопреки возникающим препятствиям.

Задача 2: Выявление индивидуального уровня потребности в достижении.

Тестирование по методике «Шкала потребности в достижении» Ю. М. Орлова.

Тест состоит из 23 суждений, по поводу которых испытуемым предлагается выбрать один из двух вариантов ответа – «да» или «нет». Ответы обрабатываются с помощью ключа.

...

Завершение занятия.

Ведущий предлагает участникам: поделиться своими впечатлениями о занятии; рассказать что понравилось и что не понравилось; какие ощущения после первого тренинга; изменилось ли состояние, настроение, самочувствие относительно начала занятия.

Занятие 4 Психологический благополучие личности и внутренняя мотивация.

Цель: сформировать понятие о базовых внутренних психологических потребностях личности. Определить индивидуальную иерархию потребностей.

Занятие 5 Я – автор своей жизни.

Цель: сформировать понятие о Я-концепция, умение адекватно оценивать себя, свои возможности.

Занятие 6 Ценности и Цели. Успех. Выбор.

Цель: сформировать понятие о целеполагании, о успехе, о выборе.

Занятие 7 Движение к достижению.

Цель: актуализация намерений к изменениям, решение практических задач по построению плана движения к цели.

Занятие 8,9 Самоуправление.

Цель: сформировать знания об одном из основных методов достижения успеха через работу над собой – самоуправлении.

Этап 3 Рефлексия

Цель этапа: подвести итоги результатов работы, осмыслить качественные изменения, произошедшие с каждым участником и в группе в целом.

Занятие 10 Подведение итогов.

Цель: вспомнить основные темы и важные моменты прошедших занятий, подумать о значимости полученного материала; поговорить о перспективах на будущее

Предлагаемая программа разработана как первый, актуализирующий шаг для ее участников, способствующий



началу самостоятельной работы над собственной потребностно-мотивационной сферой.

Полный текст программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков представлен в ПРИЛОЖЕНИИ 3, тематическое планирование программы в таблице 7 ПРИЛОЖЕНИЯ 3.

### **3.2. Анализ результатов реализации программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков**

По результатам исследования к участию в программе развития когнитивного компонента мотивации в достижении у старших подростков было приглашено 13 человек: 11 девушек и 2 юноши. Участвовать в программе было предложено испытуемым по результатам диагностики по методике «Диагностика мотивации успеха и боязни неудачи» А. А. Реана с мотивами «Не определено. Ближе к боязни неудачи.» и «Не определено.».

После проведения программы у ее участников была проведена повторная диагностика.

Результаты диагностики выборки по методике «Диагностика мотивации успеха и боязни неудачи» А. А. Реана представлены на рисунке 6 и в таблице 8 ПРИЛОЖЕНИЯ 4.



Рисунок 6 – Результаты диагностики по методике «Диагностика мотивации успеха и боязни неудачи» А. А. Реана

Повторное исследование мотивации успеха позволило установить, что после участия в программе поднялся общий уровень мотива достижения успеха.

Не выявлено участников программы с мотивом «Не определено. Ближе к боязни неудачи», а у 38 % (5 чел.) участников программы диагностирован мотив стремления к успеху, который полностью отсутствовал в выборке на этапе первоначального тестирования. Появление у участников программы мотива «Стремление к успеху» произошло за счет общего перераспределения, но особенно заметно изменение уровня мотива «Не определено. Ближе к стремлению к успеху», который снизился с уровня 69 % (9 чел.) до 38 % (5 чел.).

Результаты повторной диагностики выборки по методике «Общая шкала удовлетворения базовых потребностей» Э. Деси, Р. Райна, в адаптации И. Ю. Суворовой представлены на рисунке 7 и в таблице 9 ПРИЛОЖЕНИЯ 4.

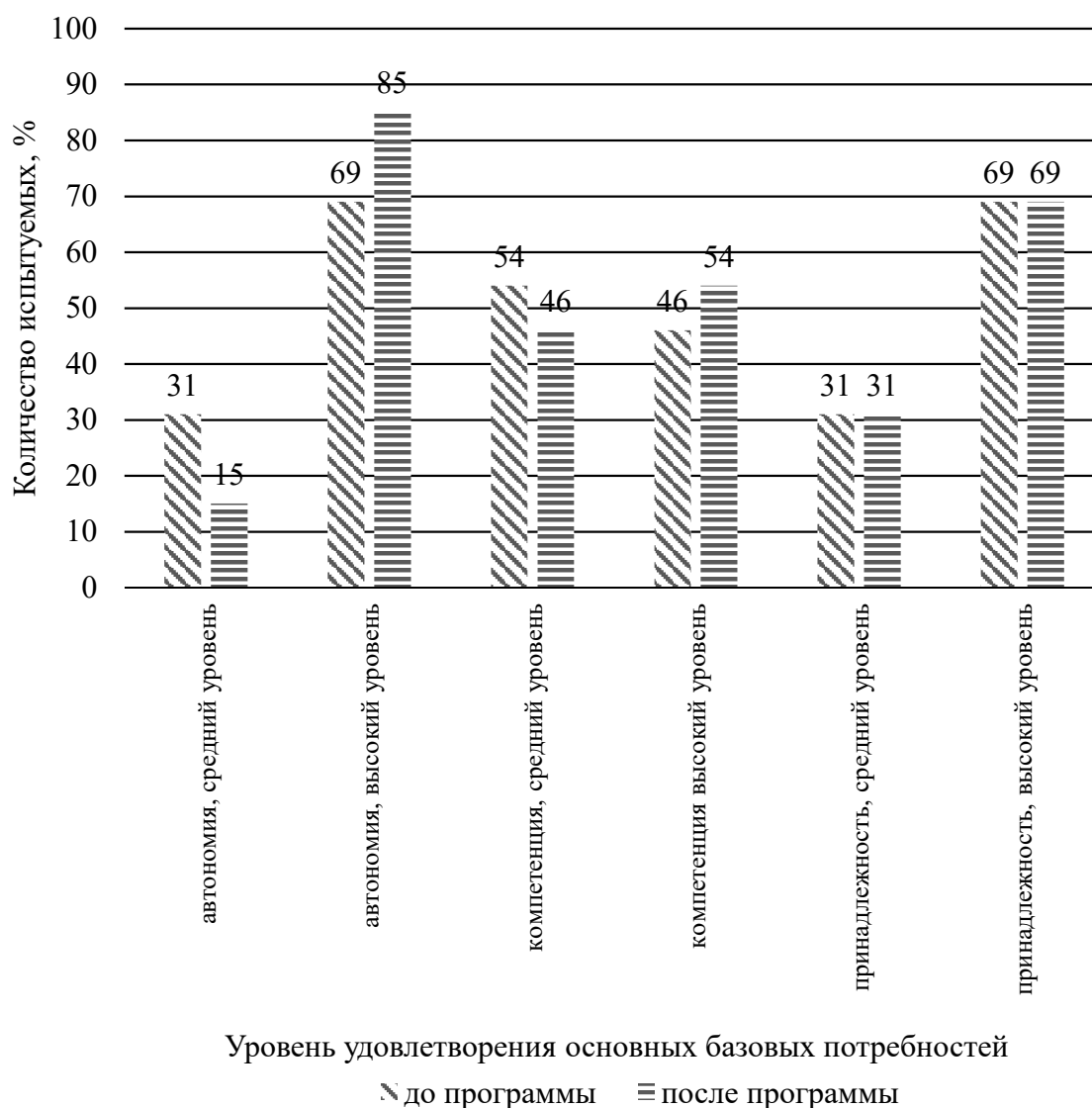


Рисунок 7 – Результаты диагностики по методике «Общая шкала удовлетворения базовых потребностей» Э. Деси, Р. Райна, в адаптации И. Ю. Суворовой

При анализе результатов исследования уровня удовлетворения базовых потребностей после реализации программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха установлено увеличение числа участников

программы с высоким уровнем удовлетворения потребности в автономии с 69 % (9 чел.) до 85 % (11 чел.), небольшое увеличение числа участников программы с высоким уровнем удовлетворения потребности в компетенции с 46 % (6 чел.) до 54 % (7 чел.) и отсутствие увеличения числа участников программы с высоким уровнем удовлетворения потребности в принадлежности. Реализованная программа развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха в максимальной степени воздействовала на потребность в автономии у участников программы, что согласуется с гипотезой исследования.

Результаты диагностики выборки по методике «Методика самоуправления» Н. М. Пейсахова представлены на рисунке 8 и в таблице 10 ПРИЛОЖЕНИЯ 4.

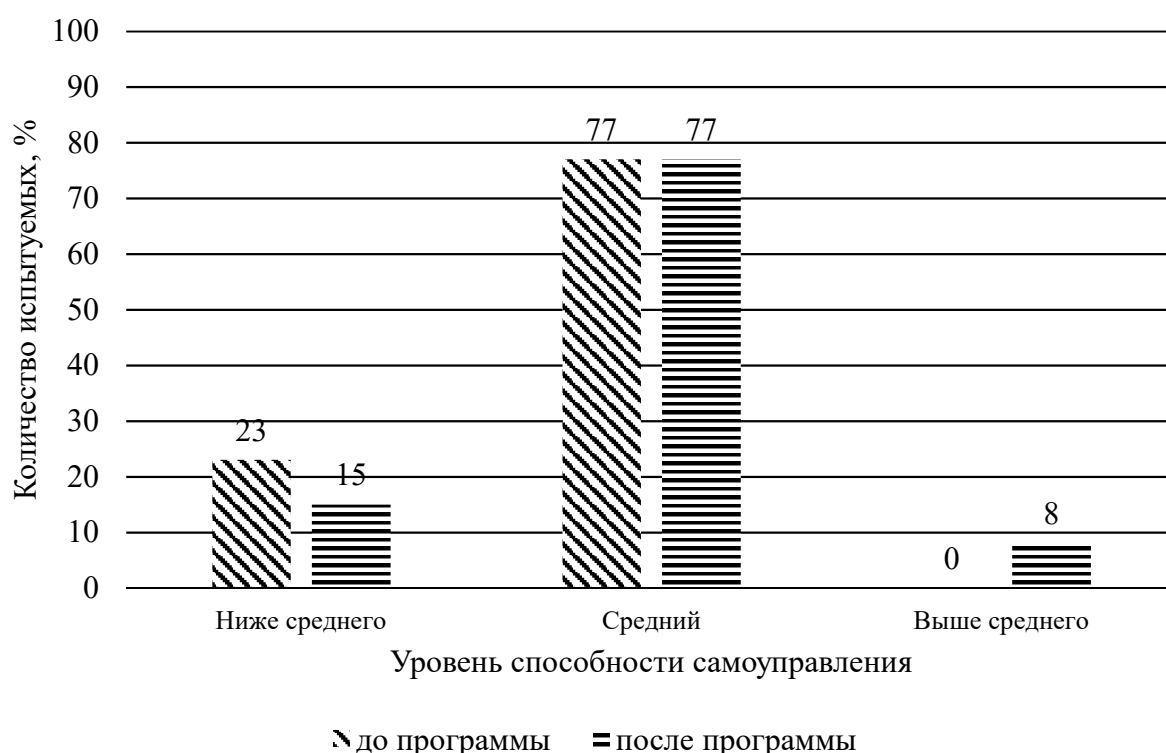


Рисунок 8 – Результаты диагностики по методике «Методика самоуправления» Н. М. Пейсахова

Реализация программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха привела к некоторому повышению общего уровня самоуправления у участников программы, что выразилось в снижении уровня самоуправления «ниже среднего» с 23 % (3 чел.) до 15 % (2 чел.) и появлению в выборке участников программы с уровнем самоуправления «выше среднего» 8 % (1 чел.).

Для подтверждения результатов исследования, полученных в ходе реализации программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха, был использован математико-статистический метод – Т-критерий Вилкоксона.

Для показателя «Основной мотив достижения» по методике «Диагностика мотивации успеха и боязни неудачи» А. А. Реана были выдвинуты следующие гипотезы:

H<sub>0</sub>: Интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей основного мотива достижения не превосходит интенсивности сдвигов в направлении снижения показателей.

H<sub>1</sub>: Интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей основного мотива достижения превосходит интенсивности сдвигов в направлении снижения показателей.

Итоги математико-статистической обработки результатов исследования представлены на рисунке 9 и в таблице 11 ПРИЛОЖЕНИЯ 4.

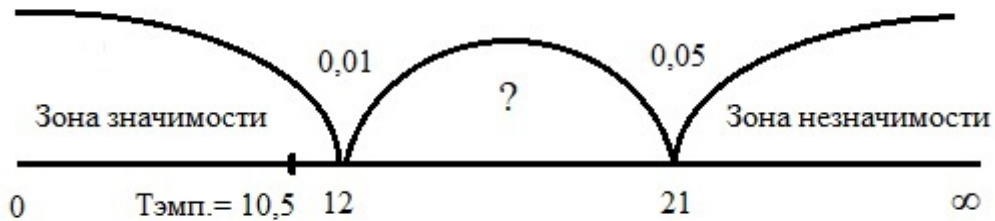


Рисунок 9 – Ось значимости математико-статистической обработки результатов исследования по Т-критерию Вилкоксона для показателя «Основной мотив достижения»

$T_{\text{эмп.}} = 10,5$ . Эмпирическое значение попадает в область значимости, следовательно, принимаем гипотезу  $H_1$ . Изменения показателей, исследуемых в результате проведения программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха, статистически значимы. Результат исследования подтвержден.

Для показателя «Удовлетворение базовой потребности в автономии» по методике «Общая шкала удовлетворения базовых потребностей» Э. Деси, Р. Райна, в адаптации И. Ю. Суворовой были выдвинуты следующие гипотезы:

$H_0$ : Интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей удовлетворения базовой потребности в автономии не превосходит интенсивности сдвигов в направлении снижения показателей.

$H_1$ : Интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей удовлетворения базовой потребности превосходит интенсивности сдвигов в направлении снижения показателей.

Итоги математико-статистической обработки результатов исследования представлены на рисунке 10 и в таблице 12 ПРИЛОЖЕНИЯ 4.

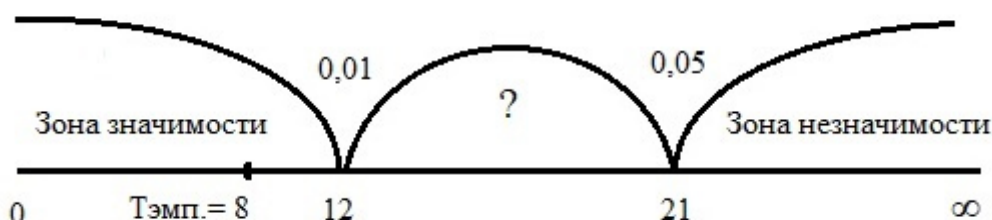


Рисунок 10 – Ось значимости математико-статистической обработки результатов исследования по Т-критерию Вилкоксона для показателя «Удовлетворение базовой потребности в автономии»

Тэмп. = 8. Эмпирическое значение попадает в область значимости, следовательно, принимаем гипотезу  $H_1$ . Изменения показателей, исследуемых в результате проведения программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха, статистически значимы. Результат исследования подтвержден.

Для показателя «Общая способность самоуправления» по методике «Методика самоуправления» Н. М. Пейсахова были выдвинуты следующие гипотезы:

$H_0$ : Интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей общей способности самоуправления не превосходит интенсивности сдвигов в направлении снижения показателей.

$H_1$ : Интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей общей способности самоуправления превосходит интенсивности сдвигов в направлении снижения показателей.

Итоги математико-статистической обработки результатов исследования представлена на рисунке 11 и в таблице 13 ПРИЛОЖЕНИЯ 4.

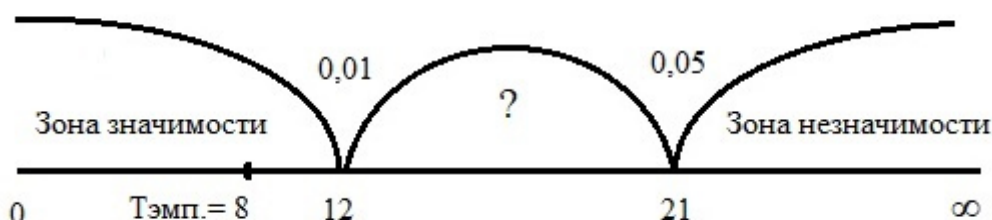


Рисунок 11 – Ось значимости математико-статистической обработки результатов исследования по Т-критерию Вилкоксона для показателя «Общая способность самоуправления»

Тэмп. = 8. Эмпирическое значение попадает в область значимости, следовательно, принимаем гипотезу  $H_1$ . Изменения показателей, исследуемых в результате проведения программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха, статистически значимы. Результат исследования подтвержден.

Таким образом, эффективность программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков подтверждена, гипотеза исследования доказана.

### **3.3. Внедрение результатов исследования и рекомендации по развитию когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков**

Процесс внедрения полученных результатов программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении



успеха у старших подростков в психолого-педагогическую практику состоит в реализации семи этапов.

1. Целеполагание внедрения программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков.

На этом этапе ставятся цели и разрабатываются этапы внедрения. Итогом первого этапа становится разработка программно-целевого комплекса внедрения.

2. Формирование положительной психологической установки на внедрение программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков.

На этом этапе у интересантов программы вырабатывается состояние готовности к освоению предмета внедрения и формируется положительная реакция на предмет внедрения программы.

3. Изучение предмета внедрения программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков. На этом этапе изучаются необходимые материалы и документы о предмете внедрения, сущность предмета внедрения программы, методика внедрения программы

4. Опережающее (пробное) освоение предмета внедрения программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков. На этом этапе создается группа для опережающего внедрения программы, закрепляются и углубляются знания, полученные на предыдущем этапе, создаются

условия учащимся для успешного освоения методики внедрения программы, проверяется методика внедрения программы.

5. Фронтальное освоение предмета внедрения психолого-педагогической программы по формированию конструктивных стратегий межличностных отношений младших подростков.

На этом этапе коллектив учащихся мобилизуется на внедрение программы, создаются условия для фронтального внедрения программы. Итогом этапа становится освоение всеми учащимися предмета внедрения.

6. Совершенствование работы над темой «Развитие когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков.».

На этом этапе совершенствуются знания и умения, сформированные на предыдущем этапе, обеспечиваются условия совершенствования методики работы по внедрению программы, и методика освоения внедрения программы.

7. Распространение передового опыта освоения внедрения психолого-педагогической программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков.

На этом этапе изучается и обобщается опыт внедрения программы, осуществляется наставничество над приступающими к внедрению программы и пропаганда опыта внедрения программы, обеспечиваются условия для сохранения и углубления традиции работы над темой, сложившиеся на предыдущих этапах.

Технологическая карта внедрения результатов исследования представлена в ПРИЛОЖЕНИИ 5.

Программа развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков имеет своей целью через воздействие на когнитивную сферу человека активировать внутреннюю мотивацию – очень сложный феномен, изменение параметров которого предсказать без учета большого количества закономерностей очень трудно.

Одной из таких закономерностей считается существование латентного периода в развитии внутренней мотивации. Для появления значимых изменений в сознании участников программы должно пройти некоторое время [37, с.66]. Это время необходимо для осмысления новой информации, поиску практических ответов на вопросы, возникающие по мере этого осмысления, принятия изменений.

Из основных предположений теории самодетерминации известно, что внутренняя мотивация, будучи врожденной будет усиливаться только если индивиды будут находиться в условиях, способствующих ее выражению [57, с.100].

Одним из главных факторов поддержки усилий в развитии внутренней мотивации, к которой относится мотивация достижения успеха, являются социально-контекстуальные события (нематериальные подкрепления, коммуникация, награды), которые ведут к переживанию компетентности в процессе деятельности. Оптимальный социальный отклик, поддержка и эффективно поддерживающие обратные связи,

свобода от унижающих оценок ведут к повышению удовлетворения потребности в принадлежности. Ощущение выбора, возможность самоуправления, интеллектуальные переживания повышают удовлетворение собственной автономностью, что, в конечном итоге, ведет к повышению уровня внутренней мотивации человека.

Наоборот, материальное подкрепление, угрозы, дефицит времени, директивное управление, отрицательная оценка и навязанные извне цели – ведут к осознанию манипулятивности со стороны внешних факторов, что отрицательно влияет на динамику развития внутренней мотивации.

Для повышения уровня активности и эффективности деятельности старших подростков необходимо прежде всего отказаться от навязывания деятельности, нужно обеспечить возможность свободного выбора [19. с.39].

Важно учитывать, что внутренняя мотивация работает только для деятельности, которая представляют интерес для субъекта, связанный либо с новизной, либо с его эстетическими предпочтениями. На деятельность, в которой не соблюдаются эти условия, внутренняя мотивация влиять не может. Нахождение человека в таких условиях негативно влияет на мотив достижения успеха и ведет к повышению уровня мотива избегания неудач. Продолжительность такой ситуации может привести к общему снижению мотивации достижения.

С учетом этого факта развитие мотивации в достижении успеха представляется тонкой настройкой потребностно-

мотивационной сферы сознания человека. На эти сложные психологические процессы оказывает сильное влияние состояние среды в которой находится человек. Условия психологически безопасной и развивающей среды должны создаваться, обеспечиваться и придерживаться всеми, кто по долгу, по призванию или воле обстоятельств находится рядом со старшими подростками.

Д. Макклелланд связывал успешность развития мотивации достижения с необходимостью соблюдения основополагающих правил: самостоятельная постановка цели субъектом; стремление самостоятельно достичь поставленной цели; отсутствие стремления понравиться кому-либо в целях, средствах и результатах деятельности; предпочтение средних или чуть выше средних по сложности задач [47].

Для психологически правильного взаимодействия со старшими подростками, ведущего к повышению его внутренней мотивации, можно рекомендовать в общении использовать спокойный и равномерный стиль, держать себя свободно и умеренно эмоционально, быть жизнерадостным и дружелюбным. Стараться не повторяться, заинтересовывать новым, поддерживать в успехах. Улыбки, шутки, радость всегда заражают собеседника положительными эмоциями. Необходимо придерживаться равного подхода к обучению, предлагать к решению задания, не превышающие уровень возможности обучаемых, адекватного объема. Не принуждать, избегать переутомляемости обучаемых и монотонности учебных

процессов. Адекватно оценивать результаты деятельности старших подростков, поощряя самостоятельность и инициативность.

В качестве рекомендаций для старших подростков по повышению собственного уровня мотивации в достижении успеха, во-первых, необходимо назвать повышение самопонимания, освоение когний, связанных с осознанием характеристик собственной личности: своих качеств, способностей, социальной значимости, своего характера. Вторая составляющая когнитивного компонента мотивации в достижении успеха связана с работой над самоуправлением: от целеполагания до планирования, через самоконтроль к выбору и принятию решений. Особой рекомендацией является совет не злоупотреблять стремлением к успеху, найти собственный баланс между внутренней и внешней мотивацией, что приведет к снижению возможности внешнего манипулирования, к повышению психологической безопасности личности и психологического благополучия.

### Выводы по главе 3

В процессе опытно-экспериментального исследования, на выборке из 13 человек, была реализована разработанная программа развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков. После проведения программы у ее участников была проведена повторная диагностика.

Контрольная диагностика показала увеличение общего уровня мотива достижения успеха. У 38 % участников программы диагностирован мотив стремления к успеху, который полностью отсутствовал в выборке на этапе первоначального тестирования. Участников программы с уровнем мотивации «Боязнь неудачи» и «Не определено. Ближе к боязни неудачи» выявлено не было, что подтвердило эффективность реализации программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха.

При анализе результатов исследования уровня удовлетворения базовых потребностей после реализации программы установлено увеличение числа участников с высоким уровнем удовлетворения потребности в автономии с 69 % до 85 %, небольшое увеличение числа участников программы с высоким уровнем удовлетворения потребности в компетенции с 46 % до 54 % и отсутствие изменений в числе участников программы с высоким и средним уровнем удовлетворения потребности в принадлежности. Реализованная программа в максимальной степени воздействовала на потребность в автономии у участников, что согласуется с гипотезой исследования.

Реализация программы привела к некоторому повышению общего уровня самоуправления у участников программы, что выразилось в появлении 8 % участников программы с уровнем самоуправления «Выше среднего», отсутствующем на начальном этапе исследования и снижению числа участников программы с уровнем самоуправления «Ниже среднего», с 23 % до 15 %.

Проверка с помощью математико-статистического Т-критерия Вилкоксона подтвердила достоверность полученных в результате реализации программы изменений. Разработанная программа развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха эффективна, гипотеза исследования – доказана.

На основании проведенного исследования была разработана технологическая карта по внедрению результатов исследования и даны рекомендации по сохранению положительных результатов реализации программы.



## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Мотивация в достижении успеха – это стремление к улучшению своих результатов в любых видах деятельности, неудовлетворенность достигнутым, настойчивость в достижении целей, стремление добиваться своего вопреки возникающим препятствиям.

Мотивации достижения формируется у человека к 4 – 5 годам под воздействием внешних факторов и постепенно, к подростковому периоду, она усиливается в такой степени, что начинает весомо влиять на дальнейшее развитие личности. Под воздействием физиологических и социальных факторов в старшем подростковом возрасте активно формируется «Я-концепция» на базе его самопознания и самоопределения. Основываясь на происходящих личностных изменениях, подросток формулирует для себя будущие цели, исходя из них начинает ставить задачи, планировать ресурсы для достижения успеха, как он его понимает. Успешность начинает мотивировать старшего подростка в его текущей деятельности и параметры его мотивации достижения успеха сильно влияют на все процессы развития личности.

Когнитивный компонент мотивации в достижении успеха включает в себя когнитивные свойства самой личности, определяющие уровень мотива достижения успеха, когнитивные процессы, связанные с поиском и выбором цели деятельности, способа достижения цели, и логическую оценку уровня сложности задачи.

Исследование развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков проходило в три этапа: поисково-подготовительный этап, опытно-экспериментальный этап и контрольно-обобщающий этап.

Для представления общей логики процесса исследования когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков в работе был использован метод планирования «Дерево целей». С учетом анализа теоретических аспектов проблемы была разработана модель развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков, включающая теоретический блок, блок первичной диагностики, развивающий блок, аналитический блок для повторной диагностики и анализа результатов исследования.

На этапе исследования когнитивного компонента мотивации в достижении успеха среди испытуемых, учащихся второго курса среднего профессионального образования факультета хореографии Южно-Уральского государственного института искусств им. П. И. Чайковского, на выборке из 31 человека, был проведен констатирующий эксперимент, в ходе которого были использованы: методика «Диагностика мотивации успеха и боязни неудач» А. А. Реана, методика «Общая шкала удовлетворения базовых потребностей» Э. Дэси, Р. Райана в адаптации И. Ю. Суворовой и методика «Способность самоуправления» (Н. М. Пейсахов).

Результаты исследования говорят о высоком уровне мотивации в достижении успеха у большинства испытуемых

(58 %), что можно объяснить, как с точки зрения возможного совпадения их личных устремлений с профессиональными, так и с точки зрения того, что участники исследования – люди творческой профессии, для выбора которой нужна длительная предварительная профессиональная подготовка, на этапе которой, происходит формирование психологических качеств, играющих важную роль в успешности любой деятельности, таких как настойчивость и целеустремленность.

Итоги констатирующего эксперимента были статистически обработаны с помощью  $r_s$ -критерия Спирмена. Доказано существование значимых корреляционных связей между результатами исследований по всем трем методикам, что позволило подтвердить исходную гипотезу исследования о том, что развитие когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков может основываться на развитии у испытуемых способностей к самоуправлению и автономии.

С учетом анализа итогов констатирующего эксперимента, на основе модели развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха была разработана программа развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха.

На следующем, опытно-экспериментальном этапе исследования участвовать в программе развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха. было предложено 13 испытуемым с самым низким уровнем мотивации в достижении успеха.

По итогам реализации программы был проведен анализ, который показал увеличение общего уровня мотива достижения успеха у участников программы. У 38 % участников программы был диагностирован мотив стремления к успеху, который полностью отсутствовал в выборке на этапе первоначального тестирования. Участники программы с уровнем мотивации «Боязнь неудачи» и «Не определено. Ближе к боязни неудачи» отсутствовали, что было условием признания эффективности реализации программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха.

Реализованная программа развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха в максимальной степени воздействовала на потребность в автономии у участников программы, что согласуется с гипотезой исследования, установлено увеличение числа участников программы с высоким уровнем удовлетворения потребности в автономии с 69 % до 85 %.

Реализация программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха привела к некоторому повышению общего уровня самоуправления у участников программы, что выразилось в появлении 8 % участников программы с уровнем самоуправления «выше среднего», отсутствующем на начальном этапе исследования.

Проверка полученных по итогам реализации программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков данных с использованием статистического Т-критерия Вилкоксона. показала достоверность

выявленных изменений. Сделан вывод об эффективности программы и о подтверждении гипотезы, выдвинутой на начальном этапе исследования.

На основании проведенного исследования нами была разработана технологическая карта по внедрению результатов исследования и даны рекомендации по сохранению положительных результатов реализации программы.

## Литература

1. Адлер, А. Очерки по индивидуальной психологии [Текст] / Альфред Адлер; пер. с нем. А. Боковиков. – Москва: Когито-Центр, 2002. – 220 с.
2. Бердникова, Д. В. Исследование взаимосвязи мотивации достижения с учебной мотивацией и другими личностными характеристиками [Текст] / Д. В. Бердникова, О. С. Виндекер О. С. // Психол. вестн. Урал. фед. ун-та. – 2013. – Вып. 10. – С. 6–14.
3. Богинская, Ю. В. [Формирование мотивации достижений у современной молодежи](#) [Текст] / Ю. В. Богинская, Я. А. Глузман // [Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук](#). – 2016. – № 1–4. С. 15–17.
4. Безрукова, А. Н. [Взаимосвязь ценностных ориентаций с уровнем притязаний и мотивацией достижения успеха](#) [Текст] / А. Н. Безрукова, Т. С. Тимофеева, С. Н. Коваленко // [Инновации в науке](#). – 2016. – № 12– 2 (61). С. 17–21.
5. Бочавер, А. А. [Перспективы современных подростков в контексте жизненной траектории](#) [Текст] / А. А. Бочавер, А. В. Жилинская, К. Д. Хломов // [Современная зарубежная психология](#). – 2016. – Т. 5. – № 2. – С. 31–38.
6. Бочарова, Е. Е. Социально-психологические детерминанты мотивации достижения в учебной деятельности [Текст] / Е. Е. Бочарова // Известия Саратовского университета. – 2009. – Т.9. : Сер. Философия. Психология. Педагогика. – Вып. 1. – С. 60–65.

7. Будякова, Л. В. Развитие мотивации достижений у студентов к работе с детьми, находящимися на длительном лечении [Текст] / Л. В. Будякова // Актуальные проблемы педагогики и психологии : вызовы XXI века. – Москва, 2019. – С. 151–154.

8. Вдовина, Н. А. Проектирование тренинговой программы развития мотивации к достижению успеха старшеклассников [Текст] / Н. А. Вдовина, М. Н. Копнова // Проблемы современного педагогического образования. – 2018. – № 59–4. – С. 409–412.

9. Веселова, П. А. Взаимосвязь типов взаимодействия в системе «спортсмен – тренировочная среда» и мотивации достижения успеха спортсмена [Текст] / П. А. Веселова // Вестник Самарской гуманитарной академии. Сер. : Психология. 2016. – № 2 (20). – С. 84–111.

10. Винокурова, Г. А. Исследование мотивации достижения у школьников в рамках работы республиканского научно-образовательного центра «академия успеха» [Текст] / Г. А. Винокурова, Д. В. Жуина // Учебный эксперимент в образовании. – 2018. – № 3 (87). – С. 20–26.

11. Владимирова, С. С. Изучение взаимосвязи стиля совладающего поведения и мотивации достижения успеха у подростков в педагогической профилактике зависимостей [Текст] / С. С. Владимирова, Е. Г. Шубникова // В книге: Защитная система личности и стресс. – Москва, 2017. – С. 117– 28.

12. Вознесенский, А. Э. Формирование системы мотивации топ-менеджмента, ориентированной на достижение

[стратегических целей развития компании](#) [Текст] / А. Э. Вознесенский // [Управление персоналом и интеллектуальными ресурсами в России](#). – 2019. – Т. 8. – № 4. – С. 24–32.

13. Воронцова, Е. Г. [Взаимосвязь представлений о самоэффективности с мотивацией достижения успеха у юношей и девушек, обучающихся на психологическом и юридическом направлениях обучения в вузе](#) [Текст] / Е. Г. Воронцова // [Baikal Research Journal](#). – 2019. – Т. 10. – № 1. – С. 3.

14. Выготский, Л. С. Психология [Текст] / Лев Выготский. – Москва : ЭКСМО-Пресс, 2000. – 1008 с.

15. Гижицкий, В. В. Стратегии учебного поведения как медиаторы влияния мотивов на академические достижения [Текст] // В. В. Гижицкий, Т. О. Гордеева // Ученые записки Орловского Государственного университета. : гуманитарные и социальные науки. – 2015. – № 2. – С. 253–259.

16. Гольева, Г. Ю. Проблема формирования мотивации достижения успеха на разных возрастных этапах развития личности [Текст] : монография / Г. Ю. Гольева – Челябинск : Издательство «Цицеро», 2017. – 171 с.

17. Гордеева, Т. О. [Мотивация самоуважения и уважения другими как факторы академических достижений и настойчивости в учебной деятельности](#) [Текст] / Т. О. Гордеева, В. В. Гижицкий, О. А. Сычев, Т. К. Гавриченко // [Психологический журнал](#). – 2016. – Т. 37. – № 2. – С. 57–68.



18. Гордеева, Т. О. Психология мотивации достижения [Текст] / Тамара. Гордеева. – Москва : Смысл, 2006. – 333 с.

19. Гордеева, Т. О. Мотивация: новые подходы, диагностика, практические рекомендации [Текст] / Т. О. Гордеева // Сибирский психологический журнал. – 2016. – № 62. – С. 38–53.

20. Гордеева, Т. О. [Внутренняя и внешняя учебная мотивация академически успешных школьников](#) [Текст] / Т. О. Гордеева, Е. А. Шепелева // [Вестник Московского университета. Сер. 14, Психология](#). – 2011. – № 3. – С. 33–45.

21. Гордеева, Т. О. [Опросник «шкалы академической мотивации»](#) [Текст] / Т. О. Гордеева, О. А. Сычев, Е. Н. Осин // [Психологический журнал](#). – 2014. – Т.35. – №4. – С. 98–109.

22. Гусев, Н. Н. [Достижения и перспективы повышения мотивации курсантов московского университета МВД России им. В.Я. Кикотя к учебной деятельности](#) [Текст] / Н. Н. Гусев // [Социально-гуманитарное обозрение](#). – 2017. – № 4. – С. 25–27.

23. Дворецкая, Т. А. [Динамика направленности мотивации достижения в учебной деятельности студентов](#) [Текст] / Т. А. Дворецкая // [Человеческий капитал](#). – 2019. – № 6–2 (126). – С. 385–388.

24. Долгова, В. И. Системные инновационные технологии целеполагания [Текст] / В. И. Долгова // XXXV International Research and Practice Conference «Global crisis of contemporaneity in the sphere of mindset, social values and political interests correlation» : сб.труд. Международной виртуальной Интернет–конференции

(Лондон, 05 – 12 ноября 2012). – Лондон, Великобритания. – 2012. – С. 41–45.

25. Долгова, В. И. [Факторный анализ Я-концепции старшеклассников](#) [Текст] / В. И. Долгова // [Современные проблемы науки и образования](#). – 2017. – № 1. – С. 66–72.

26. Долгова, В. И. [Феномен «Я-концепция» подростка](#) [Текст] / В. И. Долгова, А. А. Кошелева // [Вестник Челябинского государственного педагогического университета](#). – 2016. – № 7. – С. 139–143.

27. Долгова, В. И. [Изучение взаимосвязи самооценки и мотивации достижения у младших подростков](#) [Текст] / В. И. Долгова, Е. В. Попова, Ю. С. Демченкова // [Культура и образование: от теории к практике](#). – 2016. – Т. 1. – С. 38–44.

28. Ермолова, Т. В. [Формирование мотивации достижения у подростков в современном образовательном пространстве](#) [Текст] / Т. В. Ермолова, Е. А. Балыгина, А. В. Литвинов, А. В. Гузова // [Современная зарубежная психология](#). – 2019. – Т. 8. – № 2. – С. 7–18.

29. Ефремова, Н. Ф. [Повышение мотивации за счет объективной оценки достижений обучающихся](#) [Текст] / Н. Ф. Ефремова // [The Unity of Science: International Scientific Periodical Journal](#). – 2016. – № 4. – С. 27–30.

30. Жуина, Д. В. Развитие мотивации достижения успеха у подростков [Текст] / Д. В. Жуина, Е. П. Кильдяйкина // Проблемы современного педагогического образования. – 2018. – №59–3. – С. 453–457.

31. Зверева, Р. Г. [Развитие мотивации достижения успеха как условие формирования конкурентоспособности личности студента](#) [Текст] / Р. Г. Зверева // [Семья и личность: проблемы взаимодействия](#). – 2018. – № 10. – С. 30–37.

32. Зинина, Ю. М. [Взаимосвязь удовлетворенности мотивационных потребностей и академической успешности студентов вуза](#) [Текст] / Ю. М. Зинина // [Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки](#). – 2017. – № 2. – С. 97–108.

33. Иванова, Е. А. [Концепции мотивации: содержательные и процессуальные теории мотивации](#) [Текст] / Е. А. Иванова, С. В. Хейгетян // [Экономика и социум](#). – 2016. – № 8 (27). – С. 636–644.

34. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы [Текст] / Евгений Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2011. – 512с.

35. Каленик, Е. Н. [Мотивация студентов, обучающихся по разным специальностям, к деятельности и потребности достижения цели](#) [Текст] / Е. Н. Каленик, И. М. Купцов // [Педагогический опыт: теория, методика, практика](#). – 2014. – № 1 (1). – С. 95–97.

36. Карпова, Е. В. [Креативность и мотивация достижения как субъектные детерминанты учебной деятельности](#) [Текст] / Е. В. Карпова, А. В. Музыченко // [Ярославский педагогический вестник](#). – 2019. – № 4 (109). – С. 132–139.

37. Климчук, В. А. Тренинг Внутренней мотивации [Текст] / Виталий Климчук. – Санкт-Петербург : Речь, 2005. – 76 с.

38. Колинец, А. Г. К проблеме мотивации потребности достижений школьников [Текст] / А. Г. Колинец // Geopolitical processes in the world today Collection of scientific articles. Science editor S.I. Drobyazko : сборник. – 2016. – С. 319–322.

39. Коростик, А. В. [Взаимосвязь мотивации достижения и учебной мотивации в раннем юношеском возрасте](#) [Текст] / А. В. Коростик А.В. // [Психологическая студия](#) : сборник научных статей студентов, магистрантов, аспирантов, молодых исследователей кафедры прикладной психологии ВГУ имени П.М. Машерова.; под редакцией С.Л. Богомаза. – Витебск, 2017. С. 115–117.

40. [Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность](#) [Текст] / Алексей [Леонтьев](#). – Москва : Смысл : Издательский центр «Академия». – 2004. – 352 с.

41. Линевич, В. Л. [Способы формирования мотивации достижения у сотрудников полиции](#) [Текст] / В. Л. Линевич, Л. Р. Абдуллина // [Вестник педагогического опыта](#). – 2018. – № 41. – С. 157–161.

42. Лысенко, Е. Н. [Личностные особенности студентов с разным уровнем потребности в достижении успеха](#) [Текст] / Е. Н. Лысенко // [Социально–психологические вызовы современного общества. Проблемы. Перспективы. Пути развития](#). Материалы III Международной научно-практической конференций. : сборник. – 2017. – С. 201–208.

43. Маеркина, Е. В. [Влияние информационного пространства на мотивацию достижения современных подростков](#) [Текст] / Е. В.

Маеркина // [Вестник Оренбургского государственного университета](#). – 2016. – № 12 (200). – С. 29–34.

44. Маеркина, Е. В. [Создание ситуации успеха с ориентацией на развитие мотивации достижения подростков](#) [Текст] / Е. В. Маеркина // [Преемственность в образовании](#). – 2018. – № 19(09). – С. 142–146.

45. Маеркина, Е. В. [Развитие мотивации достижения у старших подростков в современном образовательном пространстве](#) [Текст] / Е. В. Маеркина // [Педагогический журнал Башкортостана](#). – 2018. – № 4 (77). – С. 36–41.

46. Макеева, Е. С. [Особенности динамики профессионального самоотношения и мотивации достижения студентов–психологов](#) [Текст] / Е. С. Макеева // [Актуальные проблемы гуманитарных и социально–экономических наук](#). – 2018. – Т. 12. – № 7. – С. 65–67.

47. Макклелланд, Д. Мотивация человека [Текст] / Дэвид Макклелланд. – Санкт-Петербург : Питер, 2007. – 672с.

48. Маслоу, А. Мотивация и личность [Текст] / Абрахам Маслоу. – Санкт-Петербург : Питер, 2012. – 352с.

49. Некрасов, С. Д. Математические методы в психологии (MS Excell) [Текст] : учеб. пособие. / Краснодар: Кубанский гос. ун–т., 2014. – 147 с.

50. Непша, М. А. [Формирование потребности в достижении успеха у старшеклассников: содержательные характеристики](#) [Текст] / М. А. Непша // [Вестник Брянского государственного университета](#). – 2012. – № 1–2. – С. 17–20.

51. Новиков, А. М. Методология научного исследования [Текст] / А. М. Новиков, Д. А. Новиков; – Москва : Либроком, 2010. – 280с.

52. Омарова, М. К. Мотивация достижения и копинг-поведение личности [Текст] / М. К. Омарова // Вестник научных конференций. – 2018. – № 7–1 (35). – С. 72–73.

53. Панаева Т. В. Портфель индивидуальных достижений обучающихся: раздел «личностные достижения» [Текст] / Т. В. Панаева, П. Н Дяглюк, Е. З. Матвеева, Г. А. Овсепян, Ю. В. Шаров // Школьная педагогика. – 2018. – № 2 (12). – С. 19–23.

54. Петровский, В. А. Личность в психологии: парадигма субъектности [Текст] / Вадим Петровский. – Ростов-на-Дону : Феникс, 1996. – 512 с.

55. Платонова, З. Н. Мотивация достижения успеха и волевая саморегуляция как факторы психологической готовности спортсменов к соревнованию motivation for success and volitional self-regulation as factors of psychological readiness of athletes to compete [Текст] / З. Н. Платонова, Я. В. Безносова // Вестник современных исследований. – 2019. – № 2.1 (29). – С. 77–80.

56. Преображенский, А. П. Методика учета достижений, позволяющая повысить мотивацию студентов [Текст] / А. П. Преображенский, О. Н. Чопоров // Современные исследования социальных проблем. – 2017. – Т. 8. – № 6–2. – С. 165–168.

57. Райан, Р. М. Теория самодетерминации и поддержка внутренней мотивации, социальное развитие и благополучие [Текст] / Р. М Райан, Э. Л. Деси // Вестник Барнаульского

[государственного педагогического университета.](#) – 2003. – [№ 3–1.](#)  
– С. 97–111.

[58. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии \[Текст\] / Сергей Рубинштейн. – Санкт-Петербург : Питер, 2003. – 713 с.](#)

59. Сатаева, Е. И. Развитие мотивации достижения и познавательной активности студентов–психологов в процессе обучения [Текст] / Е. И. Сатаева // Известия Волгоградского гос. педагогического университета. – 2012. – Т. 71. – № 7. – С. 106–109.

60. Столяренко, Л. Д. Основы психологии: Практикум [Текст] / Людмила Столяренко. – Изд-е 7–е. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2006. – 704 с.

61. Суворова, И. Ю. [Адаптация общей шкалы удовлетворения базовых социальных потребностей](#) [Текст] / И. Ю. Суворова // [Новое в психолого-педагогических исследованиях.](#) – 2016. – [№ 4 \(44\).](#) – С. 126–132.

62. Фризен, М. А. Психологическая сущность и детерминанты саморазвития личности [Текст] / М. А. Фризен // Вестник КРАУНЦ Серия «Гуманитарные науки». – 2011. – №2 (18). – С. 24–33.

63. Хекхаузен, Х. Мотивация и деятельность [Текст] / Хайнц Хекхаузен. – Санкт-Петербург : Смысл, 2003. – 860 с.

64. Хосилов, М. Ш. [Психологические особенности развития мотивации студентов в достижении успеха в образовательном процессе](#) [Текст] / М. Ш. Хосилов // [Проблемы современной науки и образования.](#) – 2019. – [№ 12–2 \(145\).](#) – С. 173–175.

65. Цветкова, Т. В. [Мотивация как главный фактор при достижении целевых показателей](#) [Текст] / Т. В. Цветкова // [Научная перспектива](#). – 2016. – № 6. – С. 32–33.
66. Черыгина, Л. А. [Мотивация достижения как фактор самоопределения современной молодежи](#) [Текст] / Л. А. Черыгина // [Аллея науки](#). – 2017. – Т. 2. – № 15. – С. 211–216.
67. Чобану, Е. С. [Влияние мотивации достижения успеха на вовлеченность в трудовую деятельность](#) [Текст] / Е. С. Чобану // [Молодой ученый](#). – 2016. – № 9 (113). – С. 1046–1049.
68. Шаблюк, О. Ф. [Исследование инструментализаций флуктуаций мотивации достижения личности](#) [Текст] / О. Ф. Шаблюк // [Научные труды Республиканского института высшей школы](#). – 2017. – № 17–3. – С. 413–420.
69. Шаблюк, О. Ф. [Флуктуации мотивации достижения личности как системный феномен](#) [Текст] / О. Ф. Шаблюк // [Научные труды Республиканского института высшей школы](#). – 2019. – № 19–3. – С. 415–423.
70. Шайдуллина, Л. Г. [Профессиональная подготовка учителей и проблемы мотивации достижения и контроля действия](#) [Текст] / Л. Г. Шайдуллина, Р. Х. Зайдиев // [Вестник научных конференций](#). – 2019. – № 7– 1 (47). – С. 102–103.
71. Шарыгина, Е. С. [Мотивация достижения успеха и личностные особенности спортсменов](#) [Текст] / Е. С. Шарыгина //



Аспекты психологического здоровья в современных условиях : коллективная монография. / Уфа : Аэтерна, 2016. – С. 109–135.

72.. Ширяев, Е. А. Корреляционный анализ взаимосвязей между показателями успешности школьников в процессе обучения [Текст] / Е. А. Ширяев // Известия Самарского научного центра РАН. Социальные науки. – 2017. – С. 61–64.

73. Шохиён, Н. Н Педагогические ценности предупреждения безразличного отношения к управлению временем и достижения жизненных успехов [Текст] / Н. Н. Шохиён, С. Ф. Джафаров, А. А. Хушвактов // Вестник Технологического университета Таджикистана. – 2016. – № 1 (26). – С. 270–274.

74. Эльконин, Д. Б. Психическое развитие в детских возрастах [Текст] : Избранные психологические труды / Д. Б. Эльконин ; под.ред. Д. И. Фельдштейна. – Москва : Московский психолого-социальный институт, Воронеж: НПО «МОДЭК», – 2001. – 416с.

75. Юсупова, Л. Г. Мотивация китайских студентов на занятиях РКИ как одно из условий достижения высокой эффективности процесса обучения [Текст] / Л. Г. Юсупова, Н. Э. Зырянова // Новое слово в науке: перспективы развития. – 2017. – № 1 (11). – С. 214–216.

76. Яковенко, О. В. Особенности стрессоустойчивости и мотивации достижений у студентов разных курсов медицинского вуза [Текст] / О. В. Яковенко, И. Е. Максимов, Э. Ф. Абдуллина, А. И. Самигуллина // Вопросы психического здоровья детей и подростков. – 2017. – Т. 17. – № S2. – С. 279.

77. Anderson, C. Is the desire for status a fundamental human motive? A review of the empirical literature. / Anderson, C., Hildreth, J. A. D., & Howland, L. // *Psychological Bulletin*. – 2015. – 141(3). – C. 574–601.

78. Blakemore, S. J. Is adolescence a sensitive period for sociocultural processing? / Blakemore, S. J., & Mills, K. L. // *Annual Review of Psychology*. – 2014. – 65. – C. 187–207.

79. Botvinick, M. Motivation and cognitive control: From behavior to neural mechanism. / Botvinick, M., & Braver, T. // *Annual Review of Psychology*. – 2015. – 66. – C. 83–113.

80. Cerasoli, C. P. Intrinsic motivation and extrinsic incentives jointly predict performance: A 40-year meta-analysis. / Cerasoli, C. P., Nicklin, J. M., Ford, M. T. // *Psychological Bulletin*. – 2014. – 140(4). – C. 980–1008.

81. Kruglanski, A. W. From Readiness to Action: How Motivation Works / Kruglanski, A. W., Chernikova, M., Schori-Eyal, N. // *Polish Psychological Bulletin*. – 2014, vol 45(3). – C. 259-267.

82. Wilcox, K. How being busy can increase motivation and reduce task completion time. / Wilcox, K., Laran, J., Stephen, A. T., & Zuccsek, P. P. // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 2016. – 110(3). – C. 371–384.

# ПРИЛОЖЕНИЕ 1

## Методики исследования

### 1.1. «Диагностика мотивации успеха и боязни неудачи» (А. А. Реан)

Инструкция: Заполните таблицу с текстом опросника. Соглашаясь или нет с нижеприведенными утверждениями, необходимо выбрать один из ответов — «да» или «нет». Если вы затрудняетесь с ответом, то вспомните, что «да» подразумевает как явное «да», так и «скорее да, чем нет». То же относится и к ответу «нет». Отвечать следует достаточно быстро, подолгу не задумываясь. Ответ, первым пришедший в голову, как правило, является и наиболее точным.

Текст опросника «Мотивация успеха и боязнь неудачи».

1. Включаясь в работу, надеюсь на успех.
2. В деятельности активен.
3. Склонен к проявлению инициативы.
4. При выполнении ответственных заданий стараюсь по возможности найти причины отказа от них.
5. Часто выбираю крайности: либо занижено легкие задания, либо нереально трудные.
6. При встрече с препятствиями, как правило, не отступаю, а ищу способы их преодоления.
7. При чередовании успехов и неудач склонен к переоценке своих успехов.
8. Продуктивность деятельности в основном зависит от моей целеустремленности, а не от внешнего контроля.
9. При выполнении достаточно трудных заданий в условиях ограниченного времени результативность моей деятельности ухудшается.
10. Я склонен проявлять настойчивость в достижении цели.
11. Я склонен планировать свое будущее на достаточно отдаленную перспективу.
12. Если рискую, то с умом, а не бесшабашно.
13. Я не очень настойчив в достижении цели, особенно если отсутствует внешний контроль.

14. Предпочитаю ставить перед собой средние по трудности или слегка завышенные, но достижимые цели.

15. В случае неудачи при выполнении задания его притягательность для меня снижается.

16. При чередовании успехов и неудач я больше склонен к переоценке своих неудач.

17. Предпочитаю планировать свое будущее лишь на ближайшее время.

18. При работе в условиях ограниченного времени результативность деятельности у меня улучшается, даже если задание достаточно трудное.

19. В случае неудачи я, как правило, не отказываюсь от поставленной цели.

20. Если я сам выбрал для себя задание, то в случае неудачи его притягательность только возрастает.

Обработка результатов.

Один балл получают ответы

«да» на утверждения 1, 2, 3, 6, 8, 10, 11, 12, 14, 16, 18, 19, 20.

«нет» на утверждения 4, 5, 7, 9, 13, 15, 17.

Подсчитывается общее количество баллов.

Уровни мотивации достижения или избегания неудач в соответствии с суммой баллов:

«Избегание неудачи» 0 – 7 баллов;

«Не определено. Ближе к избеганию неудачи» 8 – 9 баллов;

«Не определено» 10 – 11 баллов;

«Не определено. Ближе к стремлению к успеху» 12 – 13 баллов;

«Стремление к успеху» более 14 баллов.

## 1.2. «Общая шкала удовлетворения базовых потребностей»

Э. Деси, Р. Райна, в адаптации И. Ю. Суворовой

Инструкция.

Пожалуйста, внимательно прочитайте каждое утверждение. Используя шкалу от 1 до 7, укажите в таблице опросника ответ, который наилучшим образом соответствует тому, что Вы думаете о причинах Вашей вовлеченности в деятельность. Отвечайте, используя следующие варианты ответа:

«Совсем не согласен» 1 – 2;

«В целом согласен» 3 – 5;

«Полностью согласен» 6 – 7.

Текст опросника «Общая шкала удовлетворения базовых потребностей».

1. Я чувствую, что имею полную свободу в выборе жизненного пути.

2. Мне действительно нравятся люди, с которыми я взаимодействую.

3. Я часто чувствую себя недостаточно компетентным.

4. Я чувствую, что жизнь тяготит меня.

5. Люди, которые меня окружают, говорят, что я — мастер своего дела.

6. Я чувствую себя одиноким. даже когда вступаю в контакты с людьми.

7. В основном я предоставлен сам себе и имею ограниченное число социальных контактов.

8. Я чувствую себя свободным в выражении своих идей и мнений.

9. Я рассматриваю людей, которые меня окружают, как своих друзей.

10. Я способен получать новые интересные навыки.

11. Обычно я делаю то, что говорю.

12. Люди, окружающие меня, заботятся обо мне.

13. В большинстве случаев я вижу смысл в своих достижениях.

14. Люди, которые меня окружают, всегда учитывают мое мнение.

15. Зачастую я не использую все возможности, чтобы проявить себя.

16. Круг моего общения очень узкий.

17. Я чувствую, что всегда могу быть самим собой.

18. Люди, с которыми я регулярно взаимодействую, не такие, как я.

19. Я часто не чувствую себя компетентным.

20. В моем окружении для меня нет до статочных возможностей.

21. Люди обычно приветливы со мной.

Обработка результатов.

Показатели по шкалам рассчитываются как средние (в % соотношении) по следующим утверждениям:

Потребность в автономии: 1, 4 (R), 8, 11, 14, 17, 20 (R).

Потребность в компетенции: 3 (R), 5, 10, 13, 15 (R), 19 (R).

Потребность в принадлежности: 2, 6 (R), 7 (R), 9, 12, 16 (R), 18 (R), 21.

R – обратные утверждения.

Уровень удовлетворенности базовых потребностей распределяется в соответствии со шкалой:

«Низкий»: 0 – 30%;

«Средний» 30% – 70%;

«Высокий» 70% и выше.

### 1.3. «Методика самоуправления» Н. М. Пейсахова

Инструкция.

Предлагаемая анкета дает возможность узнать о способностях владеть собой в различных ситуациях. В анкете приведены две группы утверждений:

1. Утверждения, требующие обращения к опыту, например, п. 5. Если вы действительно часто оцениваете свои действия и поступки, стараетесь найти ответ на поставленный вопрос, то смело отвечайте «да», а если вы это делаете редко, то отвечайте «нет».

2. Утверждения, характеризующие ваши отношения к общепринятому мнению, например, п. 28. Если вы согласны с мнением, то отвечайте «да», а если не согласны, то отвечайте «нет».

Ответ «да» обозначен «+», ответ «нет» – знаком «-» (минус).

Текст опросника «Методика самоуправления» Н. М. Пейсахова

1. Практика показывает, что я верно определяю свои возможности в любой деятельности.

2. Я предусмотрительный человек.

3. Берусь только за то, что смогу довести до конца.

4. Обычно хорошо представляю, что нужно сделать, чтобы добиться задуманного.

5. Постоянно пытаюсь найти ответ на вопрос «Что такое хорошо и что такое плохо?».

6. Прежде чем сделать окончательный шаг, я взвешиваю все«за» и «против».
7. Всегда отдаю себе отчет в том, что со мной происходит.
8. Непредвиденные препятствия не мешают мне довести дело до конца.
9. У меня не хватает терпения долго разбираться в том, что не решается сразу.
10. В своих поступках и делах не люблю заглядывать далеко вперед.
11. Редко задумываюсь о главных целях своей жизни.
12. Отсутствие продуманных планов не мешает мне добиваться хороших результатов.
13. Часто затрудняюсь сказать, того ли я достиг, чего хотел.
14. На выбор моих решений влияют не поставленные цели, а настроение в данный момент.
15. Мне часто кажется, что целый час или два исчезли неизвестно куда.
16. Тот, кто считает необходимым исправлять все допущенные промахи, не замечает, как совершает новые.
17. Когда нужно разбираться в сложной обстановке, чувствую прилив энергии и сил.
18. Я четко представляю свои жизненные перспективы.
19. Умею отказываться от всего, что отвлекает меня от цели.
20. В своих поступках и словах следую пословице: «Семь раз отмерь, один – отрежь».
21. Уделяю много времени тому, чтобы понять, с каких позиций надо оценивать свои действия.
22. В своих действиях я успешно сочетаю риск с осмотрительностью.
23. Необходимость проверять самого себя стала моей второй натурой.
24. Когда у меня портятся отношения с людьми, могу их изменить.
25. Как правило, мне бывает трудно выделить главное в сложившейся ситуации.
26. Жизнь показывает, что мои прогнозы редко сбываются.
27. Люди, которые всегда четко знают, чего хотят, представляются мне слишком рациональными.

28. Удача сопутствует тому, кто не планирует заранее, а полагается на естественный ход событий.

29. Мне не хватает чувства меры в отношениях с близкими.

30. Меня угнетает необходимость принимать срочные решения.

31. Обычно мало слежу за своей речью.

32. Некоторые свои привычки я охотно бы изменил, если бы знал, как это сделать.

33. Что я хочу и что должен делать – вот предмет моих постоянных раздумий.

34. Заранее знаю, каких поступков можно ожидать от людей.

35. Обычно с самого начала четко представляю будущий результат.

36. Пока не сложился в голове четкий, конкретный план, не начинаю серьезного разговора.

37. У меня всегда есть точные ориентиры, по которым я оцениваю свой труд.

38. Я всегда учитываю последствия принимаемых мной решений.

39. Внимательно слежу за тем, понимают ли меня во время споров.

40. Я готов снова и снова заниматься совершенствованием уже законченной работы.

41. Сколько ни анализирую свои жизненные трудности, не могу достичь полной ясности.

42. Жизнь так сложна, что считаю пустой тратой времени предвосхищать ход событий.

43. Следование однажды поставленной цели очень обедняет жизнь.

44. Считаю, что планируй, не планируй, а обстоятельства всегда сильнее.

45. В последнее время ловлю себя на том, что придаю большое значение мелочам, забывая о главном.

46. Мне обычно не удается найти правильное решение из-за большого количества возможных вариантов.

47. В ссорах не замечаю, как «выхожу из себя».

48. Сделав дело, предпочитаю не исправлять даже явные просчеты.

Обработка результатов.



Сумма положительных и отрицательных ответов по каждой строке контрольной карточки дают оценку этапу самоуправления (СУ).

Общая сумма графы «Результат, баллы» отражает общую способность самоуправления.

Оценка уровня самоуправления оценивается, с учетом половой принадлежности, по психодиагностической шкале.

Таблица 1 – Образец контрольной карточки

Считать только						Результат, баллы	Наименование этапов самоуправления	Оценка уровня по шкале
ДА (+)			НЕТ (-)					
1	17	33	9	25	41		Анализ противоречий	
2	18	34	10	26	42		Прогнозирование	
3	19	35	11	27	43		Целеполагание	
4	20	36	12	28	44		Планирование	
5	21	37	13	29	45		Критерий оценки качества	
6	22	38	14	30	46		Принятие решений	
7	23	39	15	31	47		Самоконтроль	
8	24	40	16	32	48		Коррекция	
							Общая способность СУ	

Таблица 2 – Психодиагностическая шкала оценки уровня самоуправления

Показатели	Уровни способности самоуправления				
	Низкий	Ниже среднего	Средний	Выше среднего	Высокий
Мужчины	0 – 13	14 – 22	23 – 31	32 – 40	41
Женщины	0 – 11	12 – 21	22 – 30	31 – 39	40
Этапы	0 – 1	2	3 – 4	5	6

Если результаты анкетирования лежат в правой части шкалы, то в целом система самоуправления у данного человека имеется, однако в этом случае существует опасность того, что данный

человек слишком расчетлив и рационален, что ему не хватает эмоций. Об этом стоит подумать, следует понаблюдать за собой, проанализировать свои поступки и действия с точки зрения уравновешивания рационального и эмоционального.

Если результаты анкетирования легли в зоне низких оценок, то у данного человека еще нет целостной системы самоуправления, а сформированы лишь отдельные звенья. Скорее всего, такой человек сильно переживает свои неудачи, но дальше этого не идет. У него эмоциональная оценка преобладает над рациональным анализом, т. е. полноценный цикл самоуправления в этом случае даже не начинается, а поэтому и не формируется.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

### Результаты констатирующего эксперимента

Таблица 3 - Результаты исследования по методике «Диагностика мотивации успеха и боязни неудачи» (А. А. Реан)

№ п/п	Код испытуемого	Результат тестирования, баллы	Оценка результата
1	X14	9	Не определено. Ближе к боязни неудачи
2	M6	10	Не определено.
3	X15	10	Не определено.
4	X21	11	Не определено.
5	B1	12	Не определено. Ближе к стремлению к успеху
6	B2	12	Не определено. Ближе к стремлению к успеху
7	X08	12	Не определено. Ближе к стремлению к успеху
8	X17	12	Не определено. Ближе к стремлению к успеху
9	X04	13	Не определено. Ближе к стремлению к успеху
10	X06	13	Не определено. Ближе к стремлению к успеху
11	X11	13	Не определено. Ближе к стремлению к успеху
12	X13	13	Не определено. Ближе к стремлению к успеху
13	X18	13	Не определено. Ближе к стремлению к успеху
14	B4	14	Стремление к успеху
15	M2	14	Стремление к успеху
16	X09	14	Стремление к успеху
17	X20	14	Стремление к успеху
18	M5	15	Стремление к успеху
19	X03	15	Стремление к успеху

20	X05	15	Стремление к успеху
21	M1	16	Стремление к успеху
22	X07	16	Стремление к успеху
23	X10	16	Стремление к успеху
24	X12	16	Стремление к успеху
25	B3	17	Стремление к успеху
26	M3	17	Стремление к успеху
27	M4	17	Стремление к успеху
28	X01	17	Стремление к успеху
29	X02	17	Стремление к успеху
30	X09	17	Стремление к успеху
31	X19	18	Стремление к успеху
Итого по выборке, %			
		3	Не определено. Ближе к боязни неудачи
		10	Не определено
		29	Не определено. Ближе к стремлению к успеху
		58	Стремление к успеху

Таблица 4 - Результаты исследования по методике «Общая шкала удовлетворения базовых потребностей» Э. Деси, Р. Райна, в адаптации И. Ю. Суворовой

№ п/п	Код испытываемого	Автономия, %	Результат тестирования. Автономия	Компетенция, %	Результат тестирования. Компетенция	Принадлежно сть, %	Результат тестирования. Принадлежно сть
1	B1	88	Высокий	79	Высокий	84	Высокий
2	B2	76	Высокий	81	Высокий	73	Высокий
3	B3	73	Высокий	83	Высокий	55	Средний
4	B4	87	Высокий	62	Средний	48	Средний
5	M1	94	Высокий	71	Высокий	95	Высокий
6	M2	86	Высокий	64	Средний	80	Высокий
7	M3	98	Высокий	98	Высокий	93	Высокий
8	M4	84	Высокий	74	Высокий	61	Средний
9	M5	96	Высокий	90	Высокий	84	Высокий
10	M6	67	Средний	64	Средний	73	Высокий
11	X01	80	Высокий	76	Высокий	77	Высокий
12	X02	78	Высокий	79	Высокий	89	Высокий
13	X03	80	Высокий	74	Высокий	66	Средний
14	X04	78	Высокий	52	Средний	80	Высокий
15	X05	69	Средний	60	Средний	71	Высокий
16	X06	49	Средний	71	Высокий	59	Средний
17	X07	61	Средний	67	Средний	71	Высокий
18	X08	78	Высокий	74	Высокий	89	Высокий
19	X09	65	Средний	71	Высокий	71	Высокий
20	X09	90	Высокий	69	Средний	71	Высокий
21	X10	80	Высокий	83	Высокий	46	Средний
22	X11	80	Высокий	69	Средний	43	Средний
23	X12	61	Средний	79	Высокий	52	Средний
24	X13	76	Высокий	57	Средний	63	Средний
25	X14	61	Средний	55	Средний	82	Высокий
26	X15	65	Средний	60	Средний	68	Средний
27	X17	86	Высокий	86	Высокий	96	Высокий
28	X18	76	Высокий	88	Высокий	91	Высокий
29	X19	88	Высокий	67	Средний	70	Высокий
30	X20	69	Средний	76	Высокий	75	Высокий

31	X21	84	Высокий	67	Средний	88	Высокий
Итого по выборке, %							
Автономия		Компетенция		Принадлежность			
0		0		0		Низкий	
29		13		10		Средний	
71		18		21		Высокий	

Таблица 5 - Результаты исследования по методике «Методика самоуправления»

Н. М. Пейсахова

№ п/п	Код испытываемого	Общая способность	Анализ принятых решений	Прогнозирова ние	Целеполагани е	Планировани е	Критерий	Принятие	Самоконтроль	Коррекция	Результат тестирования
1	X1 5	17	3	2	3	3	0	1	3	2	Ниже среднего
2	X0 9	21	4	3	2	2	3	3	2	2	Ниже среднего
3	M6	22	3	5	1	4	2	3	1	3	Ниже среднего
4	X1 1	22	1	1	5	1	4	5	1	4	Ниже среднего
5	X0 6	23	4	3	4	1	3	1	4	3	Средний
6	X1 8	23	3	2	4	3	2	1	4	4	Средний
7	X1 4	25	3	4	3	4	4	2	2	3	Средний
8	B2	26	2	3	4	4	3	3	2	5	Средний
9	X1 7	26	4	2	3	1	4	5	4	3	Средний
10	X1 2	27	4	3	4	3	3	3	4	3	Средний
11	X1 3	27	4	3	4	3	3	3	5	2	Средний
12	X2 0	27	5	4	5	2	1	3	3	4	Средний
13	X2 1	27	3	3	4	4	3	4	2	4	Средний
14	X0 5	28	2	2	3	6	4	5	2	4	Средний
15	B1	29	5	4	4	3	4	2	2	5	Средний
16	B4	29	4	3	4	2	5	4	3	4	Средний
17	B3	30	2	5	4	4	4	4	4	3	Средний

18	X0 4	30	5	3	3	3	3	6	3	4	Средний
19	X0 8	30	4	6	5	4	2	2	2	5	Средний
20	M2	32	3	2	5	5	3	5	6	3	Выше среднего
21	X0 7	32	5	5	4	3	2	6	4	3	Выше среднего
22	M1	33	4	5	4	5	3	4	3	5	Выше среднего
23	X0 2	33	5	5	4	4	3	3	4	5	Выше среднего
24	X1 0	34	5	3	4	5	5	5	3	4	Выше среднего
25	M5	36	5	5	5	3	4	5	3	6	Выше среднего
26	X1 9	36	5	4	5	3	3	6	5	5	Выше среднего
27	M3	37	6	5	6	1	6	5	4	4	Выше среднего
28	X0 3	37	2	6	6	4	5	3	6	5	Выше среднего
29	X0 9	38	4	6	5	5	5	5	3	5	Выше среднего
30	X0 1	39	5	6	6	3	4	5	4	6	Выше среднего
31	M4	42	6	4	5	6	5	6	6	4	Высокий
Итого по выборке, %											
		13	Ниже среднего								
		48	Средний								
		36	Выше среднего								
		3	Высокий								



Таблица 6 – Результаты корреляционного анализа ( $r_s$ -Спирмена) удовлетворения базовых потребностей, мотивации достижения и способности самоуправления

	$r_s$ - Спирмена	характеристика связи	P, n=31 0,01 = 0,46 0,05 = 0,36
	Мотивация достижения		
Способность самоуправления	0,79	Сильная прямая	Значимая
Потребность автономии	в 0,40	Умеренная прямая	Значимая
Потребность компетентности	в 0,38	Умеренная прямая	Не определено
Потребность принадлежности	в 0,07	Корреляция отсутствует	Не значимая
	Способность самоуправления		
Мотивация достижения	0,79	Сильная прямая	Значимая
Потребность автономии	в 0,66	Средняя прямая	Значимая
Потребность компетентности	в 0,32	Корреляция отсутствует	Не значимая
Потребность принадлежности	в 0,17	Корреляция отсутствует	Не значимая

### ПРИЛОЖЕНИЕ 3

#### Программа развития когнитивного компонента мотивации достижения успеха у старших подростков

Таблица 7 – Тематическое планирование программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков

.Этап 1. Познание (восприятие) себя и отношений с окружающим миром.			
№ Заня -тия	Тема занятия	Мероприятия	Цель
1	Контакт	Знакомство.	Знакомство. Утверждение правил поведения.
		Упражнение «Закончи фразу»	Активизация умственной деятельности.
		Коллаж «Я»	Размышление над собой, своими привычками, индивидуальными особенностями.
2	Я и Мы	Упражнение «Позитивные мысли»	Развитие осознания сильных сторон своей личности.
		Упражнение «Комплименты»	Сплочение группы. Подкрепление самооценки. Снятие барьеров для общения в группе.
		Упражнение «Без тебя»	Развития осознания социальной взаимосвязанност

			и. Повышение индивидуальной значимости каждого
Этап 2. Мотивация в достижении успеха			
3	Потребности и мотивы. Мотивация.	Мини-лекция «Потребности, Мотивы и Мотивация. Мотивация достижения. Мотив достижения успеха, мотив избегания неудач.»	Знакомство с основными понятиями потребностно-мотивационной сферы личности.
		Тест «Шкала оценки потребности в достижении» (Ю. М. Орлов)	Выявление индивидуального уровня потребности в достижении.
4	Психологический комфорт личности	Тестирование по методике «Иерархия потребностей» модификация И.А. Акиндиновой	Определение индивидуальной иерархии потребностей.
		Мини-лекция «Теория самодетерминации».	Знакомство с базовыми внутренними психологическими и потребностями личности.

5	Я – автор своей жизни	Мини-лекция «Я-концепция»	Формирование понятия о Я-концепции.
		Упражнение по методике «незаконченные предложения»	Выявление актуального уровня развития «Я-концепция», особенностей мотивации
6	Ценность и Цель. Успех. Выбор.	Упражнение «Ценности»	Определить текущие приоритетные жизненные ценности.
		Упражнение «Что было главным в жизни»	Способствовать осмыслению главных ценностей жизни.
		Дискуссия на тему Взаимосвязь целей и мотивов, ценностей и целей.. Критерии успешности. Выбор.	Углубить понимание понятий и их взаимосвязанность: мотив, цель, ценность, успех, выбор.
7	Движение к достижению	Упражнение «Жизненный путь»	Решение практических задач по построению плана движения к цели.
		Упражнение "Через 3 года"	
8	Самоуправление.	Мини-лекция «Самоуправление». Дискуссия по итогам мини-лекции. Самоуправление и саморегуляция. Диагностика ситуации,	Знакомство с основными способами достижения успеха через работу над собой.

		прогнозирование, целеполагание, планирование.	Обсуждение способами достижения успеха через работу над собой.
9	Самоуправление.	Мини-лекция «Самоуправление». Дискуссия по итогам мини-лекции. Критерии оценки качества, принятие решения, самоконтроль, коррекция. Цикл саморегуляции.	Знакомство с основными способами достижения успеха через работу над собой. Обсуждение способами достижения успеха через работу над собой.
Этап 3. Рефлексия			
10	Подведение итогов	Упражнение «Вдохни и выдохни день...»	Вспомнить основные темы и важные моменты прошедших занятий, подумать о значимости полученного материала; поговорить о перспективах на будущее
		Упражнение «Забор»	Участники пишут своё мнение о занятиях.

## **Программа развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков.**

Этап 1. Познание (восприятие) себя и отношений с окружающим миром.

Цель этапа: введение участников в тематику программы.

Занятие 1. Знакомство.

Цель: сформировать контакт с участниками, ознакомить их с предстоящей работой, сформировать готовность к изменениям, активизировать и сблизить членов группы

Задача 1: Знакомство.

Ведущий здоровается с участниками, представляется.

Нам предстоит совместная работа, давайте познакомимся и постараемся запомнить друг друга. В тренинге вы можете назвать свое имя или выбрать другое. Ведущий и все остальные члены группы будут, обращается к вам по этому имени.

Участникам предлагается прогуляться по комнате. Затем ведущий предлагает поздороваться с каждым присутствующим за руку и при этом сказать: «Привет! Как дела?» говорите только эти простые слова и больше ничего. Нужно поздороваться со всеми, кто есть в комнате. Когда все поздоровались друг с другом, можно запустить второй круг – другим приветствием, например, со словами: «Как хорошо, что ты здесь!»

Задача 2: Принятие правил групповой работы

Ведущий рассказывает основные правила работы на тренинге, раскрывая каждое и записывая на ватмане. Если в группе есть те, кто уже проходил тренинги, ведущий обращается за помощью к ним и просит рассказать правила тренинга которые они могут вспомнить.

Примерный список правил может выглядеть примерно так:

правило конфиденциальности, правило стоп, правило активности, общение «Я - Ты», избегание обобщенных высказываний, правило безоценочности (не использование хорошо/плохо и т.д.) отказ от советов и др.

Задача 3: Активизация умственной деятельности.

Упражнение «Закончи фразу».

Цель: Закончить предложение одной фразой, подходящей по смыслу, выбрав её из трёх предложенных. Объяснить свой выбор:

Начался обильный листопад, потому что  
ударил первые заморозки;  
пошли сильные дожди;  
солнце по-летнему согревало землю.

Шерсть у зайца стала густой, длинной, белого цвета:  
зайцы часто меняют свою шубу;  
зайцы стареют;  
такая шуба сбережёт их в зимнее время.

В декабре бывают самые короткие дни, потому что:  
год кончается;  
солнце рано уходит за горизонт;  
часто бывают заморозки.

Птицы на зиму улетают в тёплые края, потому что:  
они часто совершают длительные перелёты;  
в зимние время они не могут найти себе корм;  
боятся погибнуть от мороза.

Задача 4. Размышление над собой, своими привычками, индивидуальными особенностями.

Коллаж “Я”

На листе бумаги с помощью аппликаций, рисунков, символов представьте свое “Я”: что вы любите делать, чем и кем восхищаетесь, что отражает вашу жизнь.

Этот лист не нужно подписывать. Расположив все работы, выполненные участниками программы для обозрения, предложите угадать, кому принадлежит каждый коллаж. Обсудите, что общего и различного в некоторых работах. Затем попросите каждого рассказать о своем «Я», изображенном в виде коллажа.

Завершение занятия.

Ведущий предлагает участникам: поделиться своими впечатлениями о занятии; рассказать что понравилось и что не понравилось; какие ощущения после первого тренинга; изменилось ли состояние, настроение, самочувствие относительно начала занятия.

Занятие 2. Я и Мы.

Цель: самодиагностика, взаимонастойка, развитие способности понимать абстрактные понятия через конкретные, развитие умения использовать метафору.

Задача 1: Развитие осознания сильных сторон своей личности. Транслирование собственного образа Я в социум.

Упражнение «Позитивные мысли».

Участникам по кругу предлагается дополнить фразу «Я горжусь собой за то...». Не следует удивляться, если некоторым будет сложно говорить о себе позитивно. Необходимо создать атмосферу помогающую, стимулирующую ребят к такому разговору. Данное упражнение направлено на поддержку в учениках следующих проявлений: позитивных мыслей о себе, симпатии к себе, способности относиться к себе с юмором, выражение гордости собой как человеком, описания с большей точностью собственных достоинств и недостатков. После того как каждый участник выступит, проводится групповая дискуссия. Вопросы для дискуссии могут быть следующими:

1. Важно ли знать, что ты можешь хорошо делать, а чего не можешь?

2. Где безопасно говорить о таких вещах?

3. Надо ли преуспевать во всем?

4. Какими способами другие могут побудить тебя к благоприятному самовосприятию? Какими способами ты можешь сделать это сам?

5. Есть ли разница между подчеркиванием своих достоинств и хвастовством? В чем она заключается?

Такие дискуссии дают хороший повод для того, чтобы оценить свои способности и скрытые возможности. Они начинают понимать, что даже у самых «сильных» есть свои слабости. А свои достоинства есть и у наиболее «слабых». Такая установка приводит к развитию более благоприятного самоощущения

Обсуждение того, о чем думал каждый из участников в процессе выполнения задания.

Задача 2: Получение положительной внешней оценки. Снятие барьеров для общения в группе.

Упражнение «Комплименты».

Необходимо поставить друг напротив друга 2 стула. Один из участников садится на стул, другие по очереди садятся на второй стул и отмечают в слушателе только положительные качества.



Слушатель может что-то уточнять, задавать дополнительные вопросы, но не отрицает и не оправдывается. Каждый член группы должен побывать на месте слушателя.

Обсуждение того, о чем думал каждый из участников в процессе выполнения задания.

Задача 3: Осознание социальной значимости, взаимосвязанности, сплочение группы, повышение индивидуальной значимости каждого.

Упражнение «Без тебя».

Ход занятия: ведущий заранее заготавливает карточки с именами всех участников и помещает их в непрозрачную коробку (шапку, мешочек). Участники сидят в кругу. Ведущий передает коробочку с именами первому участнику, чтобы тот вытянул карточку. Далее, участник должен описать, чего бы не хватало группе, чего бы лишился коллектив и как было бы плохо и трудно если бы не было того, чье имя он вытащил из коробки. Обращаться необходимо напрямую к тому, чье имя попало. После того, как говорящий выскажется, ведущий предлагает коробку следующему по кругу участнику.

Обсуждение того, о чем думал каждый из участников в процессе выполнения задания.

Завершение занятия.

Ведущий предлагает участникам: поделиться своими впечатлениями о занятии; рассказать что понравилось и что не понравилось; какие ощущения после первого тренинга; изменилось ли состояние, настроение, самочувствие относительно начала занятия.

## Этап 2. Мотивация в достижении успеха

Цель этапа: сформировать основные понятия о потребностно-мотивационной сфере личности и ее связи с успехом.

### Занятие 3. Потребности и мотивы. Мотивация.

Цель: сформировать основные понятия о потребностно-мотивационной сфере личности. Выявить индивидуальный уровень потребности в достижении.

Задача1: Основные понятия потребностно-мотивационной сферы личности.

Мини-лекция «Потребности, Мотивы и Мотивация. Мотивация достижения. Мотив достижения успеха, мотив избегания неудач.»

Основные тезисы лекции:

Термин «мотивация» в психологии применяют для определения всей совокупности причин психологического характера, объясняющих поведение человека.

«Потребность» как самостоятельная научная проблема стала рассматриваться в первой четверти двадцатого века в общем случае как переживание нужды или избытка в чем-то, стремящееся к достижению баланса.

Мотив от лат. «moveo» – «двигаю». Под мотивом подразумевают потребность, цель, намерение, побуждение, свойства личности, состояния личности. Считается, что внешний или внутренний стимул побуждает к действию не прямо, а опосредованно, через мотив. Именно мотив отвечает за психическую регуляцию осознания стимула, придания ему значимости, определения цели и поиску ресурсов для ее достижения.

Дж. Аткинсон предложил оценивать уровень мотивации достижения успеха как произведение силы мотива достижения успеха, зависящую от личностных свойств человека, на субъективно оцениваемую вероятность достижения поставленной цели и на личностное значение достижения данной цели для человека.

Условия деятельности, при которых субъект воспринимает ее как деятельность достижения (Х. Хеккаузен): осязаемость результата деятельности, возможность его количественной или качественной оценки, оптимальная трудность для достижения результата, наличие нормативного уровня результата, желанность деятельности, направленной на результат.

Под мотивацией достижения в современной психологии понимается стремление человека превзойти уже достигнутый уровень исполнения или реакции, соревнование с самим собой. Эта мотивация проявляется как тенденция к улучшению результатов, переживанию успеха в любой деятельности (значимой или незначимой), стремление закончить выполняемую деятельность во что бы то ни стало, с максимально возможным результатом. мотивация достижения поддерживает процесс

формирования целей, лежит в основе настойчивости при преодолении возникающих препятствий, стремлениям человека к улучшениям.

По мнению, разделяемому большинством современных исследователей, побуждением к деятельности могут стать, как мотив достижения успеха, так и мотив избегания неудач. Одни больше стремятся к успеху, активно берутся за решение сложных вопросов, встающих у них на жизненном пути, другие стараются сохранить достигнутое. В то время как люди с преобладанием мотива достижения успеха, стремятся выбирать задания умеренной трудности, другие, под воздействием мотива избегания неудач, выбирают либо исключительно легкие задания, где успех буквально гарантирован, либо исключительно трудные задания, где неудача ожидаема и, следовательно, не будет делом личной ответственности. Характерно, что для первых неудача является стимулом приложить дополнительные усилия, а вторые успеху предпочитают безопасность.

Мотивация в достижении успеха – это стремление к улучшению своих результатов в любых видах деятельности, неудовлетворенность достигнутым, настойчивость в достижении целей, стремление добиваться своего вопреки возникающим препятствиям.

Задача2: Выявление индивидуального уровня потребности в достижении.

Тестирование по методике «Шкала потребности в достижении» Ю. М. Орлова.

Тест состоит из 23 суждений, по поводу которых испытуемым предлагается выбрать один из двух вариантов ответа – «да» или «нет». Ответы обрабатываются с помощью ключа.

Текст опросника «Шкала оценки потребность в достижении»

1. Думаю, что успех в жизни, скорее, зависит от случая, чем от расчета.

2. Если я лишусь любимого занятия, жизнь для меня потеряет всякий смысл.

3. Для меня в любом деле важнее не его исполнение, а конечный результат.

4. Считаю, что люди больше страдают от неудач на работе, чем от плохих взаимоотношений с близкими.

5. По моему мнению, большинство людей живут далекими целями, а не близкими.

6. В жизни у меня было больше успехов, чем неудач.

7. Эмоциональные люди мне нравятся больше, чем деятельные.

8. Даже в обычной работе я стараюсь усовершенствовать некоторые ее элементы.

9. Поглощенный мыслями об успехе, я могу забыть о мерах предосторожности.

10. Мои близкие считают меня ленивым.

11. Думаю, что в моих неудачах повинны, скорее, обстоятельства, чем я сам.

12. Мои родители слишком строго контролируют меня.

13. Терпения во мне больше, чем способностей.

14. Лень, а не сомнение в успехе вынуждает меня часто отказываться от своих намерений.

15. Думаю, что я уверенный в себе человек.

16. Ради успеха я могу рискнуть, даже если шансы не в мою пользу.

17. Я не усердный человек.

18. Когда все идет гладко, моя энергия усиливается.

19. Если бы я был журналистом, я писал бы, скорее, об оригинальных изобретениях людей, чем о происшествиях.

20. Мои близкие обычно не разделяют моих планов.

21. Уровень моих требований к жизни ниже, чем у моих ровесников.

22. Мне кажется, что настойчивости во мне больше, чем способностей.

23. Я мог бы достичь большего, освободившись от текущих дел.

Обработка результатов.

Один балл получают ответы:

«да» на вопросы: 2, 6, 7, 8, 14, 16, 18, 19, 21, 22, 23;

«нет» на вопросы: 1, 3, 4, 5, 9, 10, 11, 12, 13, 15, 17, 20.

Подсчитывается общее количество баллов.

Уровень потребности в достижении распределяется в соответствии с суммой баллов:

«Низкий»: 0 - 11 баллов;

«Средний» 12 – 15 баллов;

«Высокий» 16 и более баллов.

Завершение занятия.

Ведущий предлагает участникам: поделиться своими впечатлениями о занятии; рассказать что понравилось и что не понравилось; какие ощущения после первого тренинга; изменилось ли состояние, настроение, самочувствие относительно начала занятия.

Занятие 4. Психологический благополучие личности и внутренняя мотивация.

Цель: сформировать понятие о базовых внутренних психологических потребностях личности.

Задача1: Определение индивидуальной иерархии потребностей.

«Иерархия потребностей» модификация И.А. Акиндиновой

Инструкция: Вам даются 15 утверждений. Сравните эти утверждения попарно между собою. Начинайте сравнивать первое утверждение со вторым, потом первое утверждение с третьим и т.д. Результаты вписывайте в колонку 1 столбца. Так, если при сравнении первого утверждения со вторым предпочтительным для себя Вы сочтете второе, то в начальную клеточку вписывайте цифру 2. Если же предпочтительным окажется первое утверждение, то вписывайте цифру 1. И так делайте при каждом сравнении. Далее проделывайте аналогичные операции со вторым утверждением: сравнивайте его сначала с третьим, потом с четвертым и т.д. Подобным же образом работайте с остальными утверждениями, постепенно заполняя весь бланк. Каждое сравнение пар делайте после проговаривания «Я хочу...»

1. Добиться признания и уважения
2. Иметь теплые отношения с людьми
3. Обеспечить себе будущее
4. Зарабатывать на жизнь
5. Иметь хороших собеседников
6. Упрочить свое положение
7. Развивать свои силы и способности
8. Обеспечить себе материальный комфорт
9. Повышать уровень мастерства и компетентности
10. Избегать неприятностей
11. Стремиться к новому и неизведанному

12. Обеспечить себе положение влияния
13. Покупать хорошие вещи
14. Заниматься делом, требующим полной отдачи
15. Быть понятым другими.

Бланк ответов.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

Обработка и интерпретация результатов

Когда заполните весь бланк, подсчитайте, сколько раз в бланке встречается каждое утверждение. Полученные суммы впишите в клетки, выделенные другим цветом. Эти операции дают Вам возможность определить предпочтение по всем утверждениям. Далее подсчитайте суммы баллов по пяти шкалам:

1 шкала. Материальное положение. Сумма по позициям 4,8,13.

2 шкала. Потребность в безопасности. Сумма по позициям 3,6,10.

3 шкала. Потребность в межличностных связях. Сумма по позициям 2,5,15.

4 шкала. Потребность в уважении со стороны. Сумма по позициям 1,9, 5.

5 шкала. Потребность в самореализации. Сумма по позициям 7,11,14.

Построение собственного профиля удовлетворенности потребностей по пяти шкалам. Необходимо полученные выше

суммы отложить по оси Y. По оси X откладываются шкалы от 1 до 5.

График разбивается на три зоны:

Полная удовлетворенность – 0-13 баллов.

Частичная удовлетворенность – 13-26 баллов.

Полная неудовлетворенность – 26-39 баллов.

Доминирующая потребность будет обозначаться высшим баллом.

Задача2: Познакомить с понятием психологического благополучия личности и ее связью с внутренней мотивацией.

Мини-лекция «Теория самодетерминации»

Любая человеческая деятельность обычно имеет в своей основе множество мотивов, включающих в себя и сочетающих как внутренние, основанные на интересе к самой деятельности, так и внешние мотивы, предполагающие вознаграждение.

Считается, что в норме человек выполняет любую деятельность потому, что она для него важна и интересна сама по себе. Напротив, выраженность внешних форм мотивации говорит о неадаптивном и невротическом функционировании психики.

Ряд современных исследователей мотивации достижения признают одним из важнейших факторов успешности личности не просто высокую выраженность внутренней мотивации, но и наличие феномена доминирования этого типа мотивации над разного рода внешними мотивами, хотя, конечно, не следует недооценивать роль внешней мотивации в регуляции деятельности.

В современной психологии наиболее разработанной потребностной концепцией мотивации является когнитивная теория самодетерминации Э. Деси (Deci) и Р. Райана (Ryan), в рамках которой описываются три врожденные базовые потребности, определяющие функционирование внутренней мотивации человека в автономии, компетентности и потребность в установлении связей. Согласно теории самодетерминации, внутренняя мотивация проявляется как побуждение человека к интересующей его активности при отсутствии внешнего подкрепления. Внутренняя мотивация является врожденной и состоит из потребностей в автономии, компетенции и принадлежности (связанности). Автономия отражает способность человека осознавать, что все его действия совершены по его

собственному желанию, в отличие от того, чтобы в принятии решения испытывать влияние других людей. Компетенция относится к потребности чувствовать самоэффективность и способность выполнить упражнение на разных уровнях сложности. Принадлежность отражает чувство связи, поддержки или заботы. Для комфортного существования должны быть удовлетворены все три потребности.

Завершение занятия.

Ведущий предлагает участникам: поделиться своими впечатлениями о занятии; рассказать что понравилось и что не понравилось; какие ощущения после первого тренинга; изменилось ли состояние, настроение, самочувствие относительно начала занятия.

Занятие 5. Я – автор своей жизни.

Цель: сформировать понятие о Я-концепции, умение адекватно оценивать себя, свои возможности.

Задача 1: Формирование понятия о «Я-концепция»

Мини-лекция «Я-концепция»

Я-концепция – это система взглядов, направленных на понимание себя, то есть «Я-концепция» - это отдельный целостный образ (система образов), противопоставленная образу внешнего мира, хотя и тесно взаимодействующим с ним. Я-концепция является продуктом самосознания. Именно благодаря деятельности сознания у человека и формируется целостная система представлений о самом себе, включающая осознание своих свойств и субъективное восприятие влияющих на собственную личность внешних факторов.

«Я-концепция», как сложное системное образование, состоит из целой совокупности «образов Я» - ее составных элементов, при этом образ собственного тела является наиболее ранним и исходным. В зависимости от уровня (организма, социального индивида или личности), на котором проявляет себя человек.

Выделяется:

– физический «образ Я», или схему тела, вызывающуюся потребностью в физиологическом благополучии организма, но, по сути, схему тела еще нельзя в полном смысле называть самостоятельным образом, поскольку она привязана к отражению



внешней среды и без него не существует (в отличии от образа тела, схема тела неосознаваемая);

– социальные идентичности, связанные с потребностью человека в принадлежности к социуму;

– дифференцирующий образ Я, характеризующий знание о себе в сравнении с другими людьми и придающий индивиду ощущение собственной уникальности.

Задача 2: Выявление актуального уровня развития «Я-концепции», их рефлексивных умений, особенностей мотивации.

Упражнение по методике «незаконченные предложения».

Участникам программы предлагается завершить незаконченные предложения:

Я есть ...

Я могу описать себя как (список прилагательных) ...

Я был (а) ...

Я раньше делал (а)/ занималась(лся) ...

Я собираюсь ...

Я надеюсь, что буду ...

Мне нравится, что я ...

Мне не совсем нравится, что я ...

Моей целью является ...

Чтобы достичь своей цели, я ...

В результате тестирования определяются сферы, в которых преобладают положительные установки (положительный опыт, положительное восприятие, положительные ожидания), и области, в которых преобладают установки близкие к отрицательным или отрицательные (отрицательный опыт, отрицательное восприятие, отрицательные ожидания).

Завершение занятия.

Ведущий предлагает участникам: поделиться своими впечатлениями о занятии; рассказать что понравилось и что не понравилось; какие ощущения после первого тренинга; изменилось ли состояние, настроение, самочувствие относительно начала занятия.

Занятие 6. Ценность и Цель. Успех. Выбор.

Цель: сформировать понятие о целеполагании, о успехе, о выборе.

Задача 1: Определить текущие приоритетные жизненные ценности.

#### Упражнение «Ценности»

Ведущий раздает участникам группы списки возможных человеческих ценностей: интересная работа, хорошая обстановка в стране, общественное признание, материальный достаток, любовь, семья, удовольствия, развлечения, самосовершенствование, свобода, справедливость, доброта, честность, искренность, вера, целеустремленность.

Затем каждому предлагается выбрать из списка пять самых главных для него ценностей и две ценности, которые не очень значимы в данный момент. После этапа индивидуальной работы участники объединяются в малые подгруппы (по 3-4 человека) и обсуждают свои варианты. Затем происходит общегрупповое обсуждение, во время которого участники делятся своими впечатлениями.

Задача 2: Способствовать осмыслению главных ценностей жизни.

#### Упражнение «Что было главным в жизни»

Цель: Ведущий предлагает разбиться на пары. По очереди возьмите друг у друга интервью на тему: «Что было главным в жизни?». При этом нужно представить, что тот, у кого берут интервью – человек очень пожилого возраста, но, несмотря на это, он имеет абсолютно нормальное мышление. Репортер хочет изучить жизненные достижения и свершения этого человека. Репортеры должны делать записи, чтобы затем рассказать группе о своем интервью

Задача 3 Углубить понимание понятий и их взаимосвязанность: мотив, цель, ценность.

Дискуссия на тему Взаимосвязь целей и мотивов, ценностей и целей. Критерии успешности. Выбор.

#### Завершение занятия.

Ведущий предлагает участникам: поделиться своими впечатлениями о занятии; рассказать что понравилось и что не понравилось; какие ощущения после первого тренинга; изменилось ли состояние, настроение, самочувствие относительно начала занятия.

#### Занятие 7. Движение к достижению.

Цель: актуализация намерений к изменениям, решение практических задач по построению плана движения к цели.

Задача 1: Решение практических задач по построению плана движения к цели.

Упражнение «Жизненный путь»

Цель: Упражнение позволяет более четко осознать свои цели, расставить приоритеты и наметить последовательность.

Участники начинают выполнение коллажа на следующую тему: «Мой жизненный путь». Им задаются такие вопросы: «Вы шагаете по дороге, название которой — Жизнь... Откуда Вы идете и куда? Есть ли у Вас главные достижения? Что придает Вам сил, чтобы идти по жизненному пути, и наоборот, что мешает? Какие предметы находятся вокруг Вас? И какова конечная цель? ...

Коллаж создается участниками с целью демонстрации их жизненного пути, с учетом различных планов, окружения и достижений. Данное упражнение должно выполняться самостоятельно и индивидуально, но по желанию участвующих в нем людей, может проходить и в отдельных группах.

После создания коллажа участниками осуществляется презентация, в качестве небольшой экскурсии, где все они в порядке очереди становятся экскурсоводами, демонстрирующие группе собственную работу.

Смысл данного упражнения заключается в развитии способности планирования своего жизненного пути. Это занятие позволяет задуматься над важностью некоторых событий, стремления к поставленным целям и решения трудностей.

После завершения упражнения, участники начинают его обсуждение. Им задаются следующие вопросы:

*Какие впечатления и эмоции появляются при взгляде на собственный коллаж?*

*Удалось ли заметить новые подробности своей жизни?*

*Реально ли то будущее, нарисованное на коллаже?*

*Как можно постараться его достичь?*

Задача 2: Расстановка приоритетов в своей жизни.

Упражнение «Через три года»

Участникам дают задание — составить небольшой список и написать в нем самые важные дела, которые занимают их в данный период жизни, и самые большие проблемы в настоящее время, не более 5 пунктов.

После составления списка, участники пробуют представить себя на три года старше, а затем подумать об этих проблемах и делах, как бы спустя три года.

Раздумывая над данным заданием, следует ответить на такие вопросы.

*Что Вы можете вспомнить о данной проблеме?*

*Что произошло с ней и как она влияет на жизнь теперь, по истечении трех лет?*

*Если бы данная проблема появилась перед Вами прямо сейчас, нашли бы Вы ее решение? Каким бы оно было?*

Упражнение выполняется в отдельных группах, состоящих из 3–4 человек; каждый участник сообщает остальным пункты из собственного списка и отвечает на конкретные вопросы. Также можно позволить желающим работать самостоятельно, без группового обсуждения, в результате упражнение выполняется участником письменно, и при этом все записи остаются у него.

Смысл данного упражнения состоит в анализе всех жизненных проблем, через призму будущего. Оно позволяет всем участникам подумать о важной деятельности. Анализ из «будущего» позволяет осознать степень важности определенных дел.

После завершения упражнения происходит его обсуждение. Участники задают себе такие вопросы:

Какая деятельность с помощью данного взгляда кажется более важной, а какая — нет?

Полностью ли совпадает это мнение с позиции настоящего времени?

Какие впечатления производит факт того, что через 3 года вы не вспомните ни одной проблемы или дела, которые решаете сегодня?

Каждый участник должен сделать определенные выводы только для себя.

Завершение занятия.

Ведущий предлагает участникам: поделиться своими впечатлениями о занятии; рассказать что понравилось и что не понравилось; какие ощущения после первого тренинга; изменилось ли состояние, настроение, самочувствие относительно начала занятия.

## Занятие 8,9. Самоуправление.

Цель: сформировать знания об одном из основных методов достижения успеха через работу над собой.

### Мини лекция «Самоуправление»

Самоуправление — целенаправленное изменение, и цель себе ставит человек, который сам управляет своими формами активности: общением, поведением, деятельностью и переживаниями.

Самоуправление нужно отличать от саморегуляции. Самоуправление — процесс творческий, он связан с созданием нового, встречей с необычной ситуацией или противоречием, необходимостью постановки новых целей, поиском новых решений и средств достижения целей.

Саморегуляция — это тоже изменения, но совершаемые в рамках имеющихся правил, норм, стереотипов. Функция саморегуляции иная — закрепить то, что приобретено в процессе самоуправления. Таким образом, самоуправление и саморегуляция — не два разных процесса, а две стороны активности личности, диалектическое единство изменчивого и устойчивого в непрерывном развитии субъективного мира человека.

Развитие способности самоуправления проходит две стадии. На первой стадии происходит формирование горизонтальной ее структуры. Прежде чем начнет складываться система самоуправления, должна возникнуть потребность в ней. Такая нужда действительно возникает, когда привычные, ранее сложившиеся способы и средства общения, поведения, деятельности не «срабатывают», не приводят к успеху. У человека появляется чувство неудовлетворенности своими поступками и действиями, недовольства собой. Человек начинает действовать методом «проб и ошибок», перебирает известные и неизвестные подходы, приемы. Когда и они не приводят к успеху, то возникает необходимость перейти к рациональному анализу сложившегося положения, к анализу ситуации, к выработке цели и к целенаправленному изменению (самоуправлению) его. С этого момента и начинается собственно формирование системы самоуправления, включающей в себя восемь последовательно разворачивающихся этапов: анализ противоречий,

прогнозирование, целеполагание, формирование критериев, оценки качества, принятия решения к действию, контроль, коррекция.

Рассмотрим полный цикл самоуправления более детально.

1. Анализ противоречий, или ориентировка в ситуации, — человек формирует субъективную модель ситуации, отвечая на вопросы, которые ставит сам себе: почему сейчас не получается так, как это было раньше? Что изменилось по сравнению с прошлым? Что происходит со мной? В чем причина моих неудач (во мне, в других, в сложившихся обстоятельствах)? Что происходит вокруг меня? Каково реальное положение вещей?

2. Прогнозирование — человек формирует модель-прогноз, которая основана на анализе прошлого и настоящего, на анализе противоречий между прошлым и настоящим. Прогноз — это попытка заглянуть в будущее, предсказать ход событий или желаемые действия. Человек пытается получить ответы на вопросы можно ли что-то изменить? Что может измениться, если я вмешаюсь и буду как-то действовать? Что будет, если я не вмешаюсь в ход событий?

3. Целеполагание — человек формирует субъективную модель желаемого или должного. В основе целеполагания лежит прогноз. Это переход от предположения о принципиальной возможности произвести изменения к предположению о вероятных результатах. Люди стремятся получить ответы на такие вопросы: какими должны быть результаты? В каком направлении нужно изменять себя, свое общение, поведение или деятельность? Что конкретно можно изменить, ситуацию или самого себя?

Целеполагание — это процесс создания системы целей, соотнесения их между собой и выбора предпочтительных. При выборе целей их сравнивают по длительности (стратегические цели рассчитаны на всю жизнь, на их основе выдвигают тактические цели, осуществление которых требует 5—7 лет, а они, в свою очередь, определяют оперативные цели, реализация которых требует дней, месяцев). С точки зрения субъективной привлекательности оцениваются вероятность достижения цели, усилия, необходимые для ее достижения.

4. Планирование — человек формирует модель средств достижения цели и последовательности их применения. В соответствии с целями планы могут быть стратегическими,

тактическими, оперативными. Человек ищет ответы на такие вопросы: какие средства нужны для достижения цели? В какой последовательности их следует применять?

5. Критерии оценки качества — человек должен решить вопросы: какими должны быть показатели, позволяющие оценить успехи в реализации плана? Как оценить, что сделанное было необходимым? Как оценить, что мои поступки и действия достаточны? Систему оценок желательно заготовить до начала практических действий и поступков, а по ходу действия их лучше корректировать. Поспешная выработка критериев может привести к тому, что они окажутся недостаточно обоснованными или просто ошибочными, а это может привести к совершенно иным результатам, чем было первоначально задумано.

6. Принятие решения — это переход от плана к действиям, это самоприказ: начать действовать! Но для этого человеку предстоит ответить на совсем не простые вопросы: все ли я предусмотрел? Есть ли у меня еще время? Начинать действовать или еще нужно подождать немного? Человек стремится найти оптимальное решение, которое предполагает сочетание смелости и осмотрительности. Не стоит поступать «сломя голову», «лезть в воду, не зная броду», но и нельзя слишком оттягивать исполнение задуманного. Упущенное время может быть потеряно безвозвратно. Когда человек наконец решился на активные действия, то оказалось, что к этому моменту все изменилось настолько значительно, что любое, даже очень хорошо подготовленное, действие теряет всякий смысл.

7. Самоконтроль — сбор информации о том, как идет выполнение плана в реальном общении, поведении, деятельности. Человек отвечает сам себе на вопросы: как идет дело? Есть ли движение к цели? Нет ли ошибок в моих поступках?

8. Коррекция - изменения реальных действий, поведения, общения, переживаний, а также самой системы самоуправления. Человек ищет ответ на вопрос: как быть дальше? Ответ на этот вопрос зависит от результатов самоконтроля. Если идет как задумано, то человек может продолжать действовать также, повторить еще и еще раз, чтобы убедиться в эффективности найденной системы самоуправления. Фактически — это переход к саморегуляции, закрепление того нового, что было найдено в процессе самоуправления. Если самоконтроль показывает, что

имеется разрыв между желаемым и действительным, что есть ошибки в поведении и деятельности, то возникают новые вопросы: что нужно изменить в своих поступках и действиях? Когда нужно произвести изменения, немедленно или через некоторое время? Есть ли время на обдумывание? Что конкретно нужно пересмотреть в процессе самоуправления, чтобы получить желаемый результат?

После этого начинается новый цикл самоуправления, новый анализ ситуации, прогнозирование, целеполагание и т.д. Эти циклы повторяются до тех пор, пока не исчезнет потребность в совершенствовании отдельных: звеньев, этапов процесса самоуправления, пока не произойдет переход к саморегуляции, т. е. к привычным поступкам и действиям, совершаемым на основе найденных целей, планов, критериев оценки качества.

Задача 2: Закрепление полученных знаний о самоуправлении.

Дискуссия по итогам мини-лекции.

Дискуссия проводится на основе анализа тестирования по «Методика самоуправления» Н. М. Пейсахова, проведенного на начальном этапе исследования.

Завершение занятия.

Ведущий предлагает участникам: поделиться своими впечатлениями о занятии; рассказать что понравилось и что не понравилось; какие ощущения после первого тренинга; изменилось ли состояние, настроение, самочувствие относительно начала занятия.

### Этап 3. Рефлексия

Цель этапа: подвести итоги результатов работы, осмыслить качественные изменения, произошедшие с каждым участником и в группе в целом.

#### Занятие 10. Подведение итогов.

Цель: вспомнить основные темы и важные моменты прошедших занятий, подумать о значимости полученного материала; поговорить о перспективах на будущее.

Упражнение «Вдохни и выдохни день...»

«Вспомните, как Вы в первый день вошли в этот зал, сели. Вспомните ритуал знакомства, занятия, которые были после знакомства... Затем вдохните этот день полностью, со всем его



опытом, переживаниями, знаниями и выдохните с глубокой благодарностью за все, что было.

Затем вспомните, как начинался второй день. Вспомните... (перечисляются все занятия, которые были проведены за день). Затем вдохните этот день и выдохните...»

Этот текст ведущий читает в вышеуказанном содержании и перечисляет все дни, которые продолжался тренинг.

«Сейчас вспомните, как начинался сегодняшний день занятий. Вспомните все занятия, которые были, как Вы недавно собирались на этот последний ритуал прощания, заходили в этот зал, как Вы сели на то место, на котором сидите сейчас...

Вспомните всё от начала до конца, вспомните всех тех людей, с которыми вы общались за это время, почувствуйте их присутствие в этом зале и затем вдохните эти занятия целиком со всеми знаниями, опытом, переживаниями, общением и выдохните с глубокой благодарностью за все, что было...

Занятия закончены. Впереди жизнь, которой и были посвящены наши встречи».

Задание 2: Участники пишут свое мнение о занятиях.

Упражнение «Забор»

По кругу пускается ватман, на котором участники пишут и рисуют свои впечатления о участии в программе.

Завершение занятия.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 4

### Результаты опытно-экспериментального исследования

Таблица 8 - Результаты опытно-экспериментального исследования по методике «Диагностика мотивации успеха и боязни неудачи» (А. А. Реан)

№ п/п	Код испытуемого	Результат тестирования, баллы	Оценка результата
1	X14	11	Не определено. Ближе к стремлению к успеху
2	M6	11	Не определено. Ближе к стремлению к успеху
3	X15	11	Не определено. Ближе к стремлению к успеху
4	X21	13	Не определено. Ближе к стремлению к успеху
5	B1	14	Стремление к успеху
6	B2	13	Не определено. Ближе к стремлению к успеху
7	X08	15	Стремление к успеху
8	X17	14	Стремление к успеху
9	X04	15	Стремление к успеху
10	X06	12	Не определено. Ближе к стремлению к успеху
11	X11	12	Не определено. Ближе к стремлению к успеху
12	X13	15	Стремление к успеху
13	X18	12	Стремление к успеху
	До программы, %	После программы, %	Итого по выборке
	8	0	Не определено. Ближе к боязни неудачи
	23	23	Не определено

	69	23	Не определено. Ближе к стремлению к успеху
	0	54	Стремление к успеху

Таблица 9 - Результаты опытно-экспериментального исследования по методике «Общая шкала удовлетворения базовых потребностей» Э. Деси, Р. Райна, в адаптации И. Ю. Суворовой

№ п/п	Код испытуемого	Автономия, баллы	Результат тестирования. Автономия	Компетенция, баллы	Результат тестирования. Компетенция	Принадлежность, баллы	Результат тестирования. Принадлежность
1	X14	65	Средний	56	Средний	83	Высокий
2	M6	72	Высокий	66	Средний	75	Высокий
3	X15	70	Высокий	65	Средний	69	Средний
4	X21	83	Высокий	69	Средний	89	Высокий
5	B1	89	Высокий	80	Высокий	88	Высокий
6	B2	77	Высокий	83	Высокий	77	Высокий
7	X08	77	Высокий	78	Высокий	87	Высокий
8	X17	89	Высокий	87	Высокий	93	Высокий
9	X04	80	Высокий	54	Средний	81	Высокий
10	X06	55	Средний	73	Высокий	61	Средний
11	X11	81	Высокий	71	Высокий	45	Средний
12	X13	77	Высокий	62	Средний	65	Средний
13	X18	77	Высокий	89	Высокий	92	Высокий
		До программы, %	После программы, %	Итого по выборке			
		31	15	Автономия, средний уровень			
		69	85	Автономия, высокий уровень			
		54	46	Компетенция, средний уровень			
		46	54	Компетенция, высокий уровень			
		31	31	Принадлежность, средний уровень			
		69	69	Принадлежность, высокий уровень			

Таблица 10 - Результаты опытно-экспериментального исследования по методике «Методика самоуправления» Н. М. Пейсахова

№ п/п	Код испытуемого	Результат	Оценка результата	Анализ противоречий	Прогнозирование	Целеполагание	Планирование	Критерий оценки	Принятие решения	Самоконтроль	Коррекция
1	X1 4	26	Средний	3	4	4	4	3	3	2	3
2	M6	24	Средний	3	5	2	4	2	3	2	3
3	X1 5	19	Ниже среднего	3	2	3	3	1	2	3	2
4	X2 1	29	Средний	4	4	4	4	3	4	2	4
5	B1	30	Средний	5	4	4	4	4	3	2	4
6	B2	25	Средний	2	3	4	3	3	3	2	5
7	X0 8	33	Выше среднего	4	6	5	4	2	4	3	5
8	X1 7	29	Средний	4	3	3	4	4	4	4	3
9	X0 4	31	Средний	5	3	3	4	3	6	3	4
10	X0 6	24	Средний	4	3	3	2	3	2	4	3
11	X1 1	21	Ниже среднего	2	1	3	2	4	4	1	4
12	X1 3	30	Средний	4	3	4	4	3	5	4	3
13	X1 8	24	Средний	3	2	4	3	2	3	3	4
Итого по выборке											
Уровень самоуправления				До программы, %				После программы, %			
Ниже среднего				23				15			

Средний	77	77
Выше среднего	0	8

Таблица 11 – Расчет Т-критерия Вилкоксона для оценки достоверности результатов исследования по методике «Диагностика мотивации успеха и боязни неудачи» (А. А. Реан)

№ п/п	Код испытуемого	Результат тестирования, баллы	Результат тестирования, баллы	(-)	[-]	R
1	X14	9	11	2	2	9.5
2	M6	10	11	1	1	3.5
3	X15	10	11	1	1	3.5
4	X21	11	13	2	2	9.5
5	B1	12	14	2	2	9.5
6	B2	12	13	1	1	3.5
7	X08	12	15	3	3	13
8	X17	12	14	2	2	9.5
9	X04	13	15	2	2	9.5
10	X06	13	12	-1	1	<b>3.5</b>
11	X11	13	12	-1	1	<b>3.5</b>
12	X13	13	15	2	2	9.5
13	X18	13	12	-1	1	<b>3.5</b>

$\Sigma R = 91$ .  $T_{эмп.} = 10,5$ . Для  $n = 13$   $T_{кр.0,01} = 12$   $T_{кр.0,05} = 21$ .  $10,5 < 12 < 21$

Таблица 12 – Расчет Т-критерия Вилкоксона для оценки достоверности результатов исследования по методике «Общая шкала удовлетворения базовых потребностей» Э. Деси, Р. Райна, в адаптации И. Ю. Суворовой для показателя «Удовлетворение базовой потребности в автономии»

№ п/п	Код испытуемого	Автономия 1, баллы	Автономия 2, баллы	(-)	[-]	R
1	X14	61	65	4	4	10
2	M6	67	72	5	5	11.5
3	X15	65	70	5	5	11.5
4	X21	84	83	-1	1	<b>4</b>
5	B1	88	89	1	1	4
6	B2	76	77	1	1	4
7	X08	78	77	-1	1	<b>4</b>
8	X17	86	89	3	3	9
9	X04	78	80	2	2	8

10	X06	49	55	6	6	13
11	X11	80	81	1	1	4
12	X13	76	77	1	1	4
13	X18	76	77	1	1	4

$\Sigma R = 91$ . **Тэмп. = 8.** Для  $n = 13$   $T_{кр.0,01} = 12$   $T_{кр.0,05} = 21$ .  $8 < 12$   
 $< 21$



Таблица 13 – Расчет Т-критерия Вилкоксона для оценки достоверности результатов исследования по методике «Методика самоуправления» Н. М. Пейсахова

№ п/п	Код испытуемого	Результат тестирования 1, баллы	Результат тестирования 2, баллы	(- )	[- ]	R
1	X14	25	26	1	1	4
2	M6	22	24	2	2	9
3	X15	17	19	2	2	9
4	X21	27	29	2	2	9
5	B1	29	30	1	1	4
6	B2	26	25	-1	1	4
7	X08	30	33	3	3	12
8	X17	26	29	3	3	12
9	X04	30	31	1	1	4
10	X06	23	24	1	1	4
11	X11	22	21	-1	1	4
12	X13	27	30	3	3	12
13	X18	23	24	1	1	4

$\Sigma R = 91$ . Тэмп. = 8. Для  $n = 13$   $T_{кр.0,01} = 12$   $T_{кр.0,05} = 21$ .  $8 < 12 < 21$

## ПРИЛОЖЕНИЕ 5

### Технологическая карта внедрения результатов исследования

Таблица 14 – Технологическая карта внедрения результатов исследования

1-й этап «Целеполагание внедрения программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков».						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Ко л- во	Время,	Ответств ен-ные
1.1.Изучить необходимые документы по предмету внедрения	Изучение и анализ анкет учащихся, диагностических методик	Анализ, беседы, анкетирование, наблюдение	Беседа с учащимися		сентябрь	психолог
1.2.Поставить цели внедрения	Обоснование целей и задач внедрения	Обсуждение, круглый стол	Совещание	1	сентябрь	Зам.по УВР, психолог
1.3.Разработать этапы внедрения	Изучение и анализ содержания каждого этапа внедрения, его задач, принципов, условий, критериев и показателей эффективности	Анализ состояний дел в учебном заведении, анализ программы внедрения	Совещание	1	октябрь	Зам.по УВР, психолог

1.4.Разработать программно-целевой комплекс внедрения	Анализ уровня подготовленности учащихся, анализ работы в учебном заведении по теме предмета внедрения	Анализ состояния программы внедрения. Обсуждение в группе	Совещание	1	октябрь	психолог
---	---	---	-----------	---	---------	----------

2-й этап «Формирование положительной психологической установки на внедрение».						
Цель	Содержание	Методы	Форм	Ко л- во	Время	Ответстве н-ные
2.1.Выработать состояние готовности к освоению предмета внедрения у заинтересованных в программе.	Организация внедрения программы. Псих. подбор и расстановка субъектов внедрения	Обоснование практической значимости внедрения программы	Беседа, обсуждение	2	сентябрь, октябрь	Психолог, заинтересованные программы: адм.учебного заведения, зам.по УВР, родители
2.2.Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения программы у заинтересованных	Пропаганда уже имеющегося передового опыта внедрения программы	Методические консультации, беседы	Изучение опыта, проработка тематики, групповые обсуждения	3	сентябрь – ноябрь	Адм. учебного заведения, психолог

3-й этап «Изучение предмета внедрения»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Ко л- во	Время,	Ответств ен-ные
3.1. Изучить необходимые материалы и документы о предмете внедрения	Изучение и анализ интересными внедрения программы материалов по проблеме исследования	Фронтально	Просветительская работа, семинары, лекции, работа с	2	октябрь, декабрь	Все заинтересованные субъекты : адм. учебного заведения, психолог, зам. по УВР, родители
3.2. Изучить сущность предмета внедрения программы	Изучение предмета внедрения программы, её задач, форм, принципов, содержания, методов	В ходе самообразования	Беседы, тренинги	1	декабрь	Психолог, зам.по УВР
3.3. Изучить методику внедрения программы	Освоение системного подхода в работе	В ходе самообразования	Беседы, тренинги	1	декабрь	Психолог, зам.по УВР

4-й этап «опережающее освоение предмета внедрения»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Ко л- во	Время,	Ответств ен-ные
4.1. Создать группу для опережающего внедрения программы	Определение состава группы, орг. работа, исследование псих. портрета субъектов внедрения	Наблюдение, анкетирование, опрос	Работа психологической службы тематические	3	декабрь - февраль	Психолог, адм. учебного заведения
4.2. Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе	Изучить теории предмета внедрения, методики внедрения.	Научно исследовательская работа, обсуждение, тренинги	Беседы, консультации, работа	1	декабрь	Психолог, зам. по УВР
4.3. Обеспечить учащимся условия для успешного освоения методики внедрения программы	Анализ создания условий для опережающего внедрения	Изучение состояния дел	Анализ документации	1	декабрь	Психолог, зам. по УВР

4.4.Проверить методику внедрения	Работа группы по внедрению программы	Изучение состояния дел в группе, корректировка программы	Работа психологической	5	сентябрь - январь	Психолог, адм. учебного заведения
----------------------------------	--------------------------------------	--	------------------------	---	-------------------	-----------------------------------

5-й этап «Фронтальное освоение предмета внедрения»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Ко л- во	Время,	Ответств ен-ные
5.1. Мобилизовать коллектив учащихся на внедрение программы	Анализ работы группы по внедрению программы	Сообщение о результатах работы, технологии, тренинги	Просветительская работа псих.	1	сентябрь	Психолог, адм. учебного заведения
5.2. Развить знания и умения, сформированные на предыдущем этапе	Обновление знаний о предмете внедрения программы, теории систем и системного подхода, методики внедрения	Обмен опытом внедрения программ, самообразование, тренинги	Работа психологической службы консультацией	4	сентябрь -ноябрь	Психолог, администрация учебного заведения
5.3. Создать условия для фронтального внедрения программы	Анализ состояния условий для фронтального внедрения программы	Изучение состояния дел условий для фронтального внедрения программы	Работа псих. службы	1	ноябрь.	Психолог, адм. учебного заведения



<p>5.4. Освоить всеми учащимися предмет внедрения программы</p>	<p>Фронтальное освоение программы</p>	<p>Обмен опытом, анализ и корректировка технологии внедрения программы</p>	<p>Работа псих. службы, консультации</p>	<p>1</p>	<p>декабрь</p>	<p>Психолог, зам. по УВР</p>
---	---------------------------------------	--	--	----------	----------------	------------------------------

6-й этап «Совершенствование работы над предметом внедрения»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Ко л- во	Время,	Ответств ен-ные
6.1.Совершенство вать знания и умения, сформирова н-ные на предыдущем этапе	Совершенство вание знаний и умений	И	Работа психологической службы	1	январь	Психолог , адм. учебного заведени я
6.2. Обеспечить условия совершенство вания методики работы по внедрению программы	Анализ зависимости конечного результата от создания условий для внедрения программы	Анализ состояния дел по теме	Работа псих. службы, анализ документации	1	февраль	Психолог , адм. учебного заведени я
6.3.Совершенство вать методику освоения внедрения программы	Формирован ие единого методическо го обеспечения освоения внедрения программы	Анализ состояния дел по теме	Работа психологической	3	Февраль - апрель	Психолог , зам.по УВР



7-й этап «Распространение передового опыта освоения предмета внедрения»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Ко л- во	Время,	Ответств ен-ные
7.1. Изучить и обобщить опыт внедрения программы	Изучение и обобщение опыта внедрения программы, работа по проблеме исследования	Наблюдение, изучение документов	Работа псих. службы, составление	5	Февраль - июнь	Психолог, зам. по УВР
7.2. Осуществить наставничество над приступающими к внедрению программы	Обучение психологов и педагогов работе по внедрению программы	Наставничество, обмен опытом, консультации	Работа псих. службы	1	сентябрь	Психолог, адм. учебного заведения
7.3. Осуществить пропаганду опыта внедрения программы	Пропаганда опыта внедрения в работе	Научная и творческая деятельность	Участие в конкурсе	2-3		Психолог

<p>7.4. Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившиеся на предыдущих этапах</p>	<p>Обсуждение динамики работы над темой, научная работа по теме внедрения программы</p>	<p>Наблюдение, анализ, работа псих. службы, научная деятельность</p>	<p>Написание статей по теме мероприятия</p>	<p>2-3</p>		<p>Психолог</p>
--	---	--	---	------------	--	-----------------

## Содержание

<b>Введение</b>	3
<b>I. Теоретические предпосылки исследования развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков</b>	10
1.1. Понятие «мотивация в достижении успеха», история развития представления о понятии в психологии	10
1.2. Особенности мотивации достижения у старших подростков	19
1.3. Модель развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков	30
<b>II. Организация и проведение исследования мотивации в достижении успеха у старших подростков</b>	41
2.1. Этапы, методы и методики исследования	41
2.2. Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента	48
<b>III. Опытнo-экспериментальное исследование развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков</b>	59
3.1. Программа развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков	59
3.2. Анализ результатов реализации программы развития когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков ...	67
3.3. Внедрение результатов исследования и рекомендации по развитию когнитивного компонента мотивации в достижении успеха у старших подростков	75
<b>Заключение</b>	84
<b>Литература</b>	89
<b>Приложение</b>	102
1. Методики исследования	102
2. Результаты констатирующего эксперимента	110
	117

3. Программа развития когнитивного компонента	143
мотивации достижения успеха у старших подростков	149
4. Результаты опытно-экспериментального исследования	
5. Технологическая карта внедрения результатов исследования	



**Научное издание**

Валентина Ивановна Долгова  
Павел Львович Леонов

**Мотивация в достижении у подростков**

Издательство «Перо»

109052, Москва, Нижегородская ул., д. 29-33, стр. 15, ком. 536

Тел.: (495) 973-72-28, 665-34-36

Подписано в печать 30.03.22. Формат 60×84/ 8

Бумага офсетная № 1. Печать офсетная. Усл. печ. л. 10.

Тираж 500. Заказ 963.