

**Взаимосвязь учебной мотивации и копинг- стратегий у студенческой молодежи**

**Научный руководитель – Берберян Ася Суреновна**

***Абаджян Карина Ашотовна***

*Студент (бакалавр)*

Российско-Армянский (Славянский) университет, Институт гуманитарных наук,  
Кафедра психологии, Ереван, Армения  
*E-mail: abajyankaka@gmail.com*

Актуальность темы обусловлена тем, что вопросы, связанные с учебной мотивацией и копинг-стратегиями определяют качество образования и высокий уровень академической успеваемости у студентов.

Студенческая жизнь, полная академических вызовов, социальных взаимодействий и личных изменений, часто сопровождается стрессовыми ситуациями, которые требуют эффективных механизмов адаптации. В этом контексте особый интерес представляет взаимосвязь между учебной мотивацией и копинг-стратегиями у студенческой молодежи [5].

Учебная мотивация, определяемая как внутренний или внешний импульс к достижению образовательных целей, влияет на то, как студенты воспринимают и преодолевают трудности в обучении [4]. В то же время копинг-стратегии - это поведенческие и когнитивные способы справляться со стрессом, которые могут быть адаптивными (например, планирование и поиск поддержки) или дезадаптивными (избегание или отрицание проблемы).

Копинг-стратегии - это способы, которыми люди справляются со стрессом, вызываемыми событиями или эмоциями [2].

**Гипотеза** - мы предполагаем, что существует взаимосвязь между типами учебной мотивации и некоторыми видами копинг -стратегии у студентов.

**Цель** - выявить взаимосвязь учебной мотивации и копинг- стратегий у студенческой молодежи.

**Методологическая база:** В нашем исследовании мы опирались на научные труды по теме мотивации таких авторов, как А. Маслоу, Б. Скиннер и В. Врум, а также научные работы по копинг- стратегиям Лазаруса-Фолькмана , Р. Мосса и Р. Шефера и других авторов.

**Методы исследования:** Анкетирование и тестирование, в том числе авторская анкета.

**Методики исследования:**

1. Методика для диагностики учебной мотивации студентов (А.А.Реан и В.А.Якунин, модификация Н.Ц.Бадмаевой)

2. Опросник копинг-стратегий Р. Лазаруса в русской адаптации

**Выборка** исследования включала 30 студентов в возрасте от 18 до 24 лет. В неё вошли представители двух национальностей - русские и армяне (по 15 человек). Участники различались по полу (13 мужчин и 17 женщин) и обучались в разных вузах на различных направлениях подготовки.

**Результаты исследования.** В ходе применения первой методики оценки копинг-стратегий были получены следующие данные:

У большинства респондентов преобладающими способами совладения со стрессом оказались следующие стратегии: Конфронтационный копинг (56,2), дистанцирование (54,9),

бегство-избегание (54,9). Полученные результаты свидетельствуют о преобладании у испытуемых малоадаптивных копинг-стратегий, которые в краткосрочной перспективе могут снижать эмоциональное напряжение, но в долгосрочной перспективе препятствуют эффективному разрешению стрессовых ситуаций и повышают риск развития психоэмоционального истощения, тревожных и депрессивных расстройств.

При использовании второй методики диагностики мотивации учебной деятельности были получены следующие данные: У большинства респондентов в структуре мотивации учебной деятельности доминируют следующие группы мотивов (в порядке выраженности): Коммуникативные мотивы (3,4), учебно-познавательные мотивы (3,4), социальные мотивы (3,4). Полученные результаты свидетельствуют о сформированности у большинства испытуемых внешней положительной мотивации, сочетающей социальную ответственность и потребность в принадлежности к группе, с достаточно выраженной внутренней учебно-познавательной мотивацией.

**Корреляционный анализ.** В анализ были включены суммарные и шкальные показатели двух методик: опросника копинг-стратегий (первая методика) и диагностики мотивации учебной деятельности (вторая методика). Среднее значение коэффициента корреляции по всем значимым парам переменных составило  $r = 0,62$ . Полученное среднее значение коэффициента корреляции  $r = 0,62$  свидетельствует о наличии устойчивой положительной связи средней силы между особенностями копинг-поведения и структурой мотивации учебной деятельности. Это подтверждает теоретическое положение о том, что способы совладания со стрессом и ведущие учебные мотивы представляют собой взаимосвязанные компоненты общей системы саморегуляции личности в образовательной среде

**Вывод:** Полученные результаты подтверждают и конкретизируют положения транзакционной теории стресса и совладания Р. Лазаруса и С. Фолкман, а также концепцию саморегуляции учебной деятельности отечественных авторов (Л. И. Божович, А. К. Маркова, Н. Г. Милграм). Выявленная устойчивая связь между структурой мотивации учебной деятельности и предпочитаемыми копинг-стратегиями ( $r = 0,62$ ) подчёркивает, что мотивационные и копинг-компоненты представляют собой взаимосвязанные элементы единой системы личностной саморегуляции в образовательной среде.

Практическая значимость результатов исследования заключается в возможности их применения в практике работы тренинговых групп со студентами с целью повышения уровня академической успеваемости и общего качества образовательного процесса.

### Источники и литература

- 1) 1. Выготский Л.С. Психология. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2010, с. 159
- 2) 2. Лазарус Р. С. Индивидуальная чувствительность и устойчивость к психологическому стрессу// Психологические факторы на работе и охрана здоровья. - М.-Женева, 1989. - С. 121 - 126.
- 3) 3. Леонтьев А. Н. Потребности, мотивы и эмоции. - М.: Изд-во МГУ, 1971, с. 11
- 4) 4. Маслоу А. Мотивация и личность. – СПб.: Евразия, 2006, с. 97
- 5) 5. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии, 2-е изд. – СПб.: Питер, 2003, с. 685