

УДК 159.9.072.423

DOI: 10.34670/AR.2022.21.81.015

Воздействие тревожности на мотивацию студентов

Шукшина Людмила Викторовна

Доктор философских наук, профессор,
профессор кафедры социально-гуманитарных дисциплин,
Российский биотехнологический университет,
125080, Российская Федерация, Москва, шоссе Волоколамское, 11;
e-mail: liudmila.shukshina@yandex.r

Мизонова Ольга Викторовна

Кандидат философских наук, доцент,
доцент кафедры психологии,
Мордовский государственный университет им. Н.П. Огарева,
430005, Российская Федерация, Саранск, ул. Большевикская, 68;
e-mail: mizonovaov@mail.ru

Аннотация

Актуальность исследования заключается в том, что уровень личностной тревожности студентов напрямую влияет на выполнение учебной деятельности, а также на их дальнейшие успехи в профессиональной и трудовой сферах. С поступлением в высшее учебное заведение жизнь человека меняется, он входит в новое общество, в новую систему образования. Нагрузка на студентов возрастает, возрастает и уровень ответственности. Соответственно, могут происходить такие психические изменения, как, например, повышение уровня личностной тревожности. Наличие сильного психического напряжения у студента может негативно влиять на характер его мотивации, что, в свою очередь, будет влиять на то, как студент выполняет деятельность, в том числе учебную. В связи с этим встает вопрос, имеется ли между личностной тревожностью и мотивацией избегания или достижения какая-либо взаимосвязь или же эти два психологических фактора не имеют существенной зависимости друг от друга.

Для цитирования в научных исследованиях

Шукшина Л.В., Мизонова О.В. Воздействие тревожности на мотивацию студентов // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2022. Т. 11. № 5А. С. 113-121. DOI: 10.34670/AR.2022.21.81.015

Ключевые слова

Личностная тревожность, ситуативная тревожность, мотивация, страх, избегание неудач, мотивация достижения успеха.

Введение

Многие ученые психологи занимались проблемой тревожности. Если мы говорим об отечественной психологии, то можно выделить таких авторов, как, например, Л.И. Божович, Ю.Л. Ханина, Д.А. Леонтьева, В.М. Астапова, В.С. Мерлина и многие другие. Стоит отметить, что в отечественной психологии исследования в этой области более редки, чем в зарубежной. В зарубежной психологии можно выделить таких психологов, как, например, Ч.Д. Спилбергера, К. Хорни, А. Адлера и др.

Целью исследования является анализ взаимосвязи личностной тревожности и мотивации у студентов.

В современной психологии понятие «тревожность» определяется как переживание, связанное с ожиданием опасности, неудачи и других негативных последствий. Также тревожность может характеризоваться именно как индивидуальная психологическая особенность человека, отражающая его склонность к ожиданию неприятностей.

Чаще всего тревожность классифицируют на личностную и ситуативную. Ситуативная, или, по-другому, реактивная, тревожность обусловлена конкретной ситуацией, которая вызывает чувство тревоги. Когда ситуация проходит, то тревожность проходит вместе с ней (например, тревожность, вызванная страхом выступать с докладом перед публикой). Ситуативная тревожность является необходимым инструментом к адаптации организма к внешним условиям.

Личностная тревожность имеет ключевое отличие от ситуативной тревожности в том, что она зачастую не имеет привязанности к конкретной ситуации или событию [Львова, Митина, Шлягина, 2015]. Личностную тревожность можно описать как склонность к беспокойству без достаточной на то причины. Данный тип тревожности может быть связан как с некоторыми физиологическими (гормональный фон), так и с психологическими (особенности личности, установки) особенностями человека.

Основная часть

Стоит отметить, что одним из первых ученых, который выделил в тревожности два вида, личностный и ситуативный, является американский психолог Ч.Д. Спилбергер. Под ситуативной тревожностью он понимает такое состояние, которое вызвано конкретной неприятной ситуацией, происходящей в настоящий момент. При этом если ситуативная тревожность является выше нормы, то человек склонен видеть потенциальную опасность во многих событиях, не являющихся таковыми. Это негативно сказывается на его состоянии, в особенности на состоянии нервной системы, так как человек слишком часто испытывает чувство тревоги, стресса, беспокойства и страха.

Если говорить о личностной тревожности, то под ней Ч.Д. Спилбергер понимает устойчивую характеристику человека. Эта характеристика показывает то, насколько человек склонен испытывать чувство тревоги в различных происходящих ситуациях. Личностная тревожность подразумевает наличие у человека склонности, тенденции к восприятию многих окружающих ситуаций как потенциально опасных. В особенности это распространяется на те ситуации, которые, как ему кажется, могут нести угрозу его самооценке и самоуважению.

Если говорить о причинах, которые вызывают тревожность, то стоит отметить, что они довольно неоднозначны и их может быть большое количество и разнообразие. У ситуативной

тревожности причины более понятны, чем у личностной, так как ситуативная тревожность обуславливается конкретной ситуацией. Значит, можно утверждать, что причиной ситуативной тревожности является опасность, которая в той или иной степени угрожает человеку.

Если говорить о личностной тревожности, то здесь выделить причины существенно сложнее, так как под личностной тревожностью мы понимаем не временное переживание, а именно устойчивую характеристику психики человека. Скорее всего, причины личностной тревожности могут иметь начало в раннем детстве человека, в том, как воспитывали ребенка, какие ценности он усвоил, в какой семейной обстановке находился и рос. Также можно говорить о том, что к высокому уровню личностной тревожности склонны люди, имеющие определенный тип темперамента, нервной системы. И в процессе жизни уровень личностной тревожности может повышаться вследствие различных нервно-психических и тяжелых соматических заболеваний, психотравм.

В психологии принято выделять две формы проявления тревожности. Это открытая и скрытая форма. Скрытая характеризуется переживанием негативных эмоций внутри себя, слишком спокойным поведением. Зачастую человек в процессе самой ситуации может даже не осознавать, что испытывает сильно переживание. Открытая же форма, наоборот, характеризуется сознательным переживанием, которое человек может выражать наружу, оно может отражаться на поведении человека, общении с другими людьми, выполнении им какой-либо деятельности.

Мотивация является одним из важнейших основополагающих факторов деятельности человека. Она оказывает влияние непосредственно на поведение человека, на то, каким образом он удовлетворяет свои потребности [Биктина, 2021]. Мотивация на протяжении долгого времени является объектом изучения многих ученых-психологов. Формулировка этого термина менялась вместе с развитием психологической науки. Поэтому сегодня это понятие может иметь несколько трактовок. Например, В.Д. Шадриков, который является советским и российским психологом, считает, что мотивация обусловлена такими факторами, как потребности, цели, мировоззрение личности, интересы, идеалы и убеждения. Основываясь на них, человек как раз и принимает решения относительно какой-либо деятельности. То есть позиция Шадрикова относится к подходу, который рассматривал мотивацию как структурное образование, т.е. как совокупность некоторых факторов. Также можно выделить и другой подход к определению мотивации, который рассматривал ее как процесс или динамическое образование, которое поддерживает психическую активность человека на определенном уровне. К этому подходу можно отнести, например, таких психологов, как В.Н. Куницыну и В.И. Ковалёва.

В целом, мотивацией называют совокупность внутренних и внешних мотивов человека, которая определяет направленность деятельности человека. Мотивация является первым звеном в осуществлении человеком действия. В состав мотивации входят такие понятия, как потребности, цели и мотивы.

Рассмотрим следующее понятие, которое входит в структуру мотивации, т.е. «цель». В психологии целью обычно обозначается субъективный образ, к которому стремится человек. Т.е. цель – это запланированный конечный результат какой-либо деятельности. Цель всегда формируется сознательно, в отличие от потребностей. Цель можно разбить на некоторое количество этапов, выполняя которые будет достигнут желаемый результат. Стоит отметить, что чем больше можно выделить конкретных промежуточных целей, тем более вероятно достижение итоговой цели за меньший промежуток времени. Это происходит потому, что при выполнении запланированного дела создается ситуация успеха, которая дает человеку

положительный эмоциональный заряд и тем самым побуждает к выполнению следующих действий. Так же работает и наоборот: при столкновении с трудностями во время выполнения каких-либо попыток для достижения цели у человека может снижаться мотивация к ее достижению.

Ключевое понятие мотивации – это мотив [Шершнева, 2016]. Мотив – это то, что заставляет человека двигаться в том или ином направлении относительно какой-либо деятельности. В рамках теории деятельности С.Л. Рубинштейна и А.Н. Леонтьева мотив определяется как «опредмеченная потребность». Советский психиатр и психолог В.Н. Мясищев рассматривал мотивы как отношения личности: «Мотив является не чем иным, как выражением отношения к объекту действия».

Мотивация имеет достаточно широкую классификацию [Ткач, Ткач, 2019]. В связи с тем, что этот термин рассматривается многими учеными-психологами на протяжении долгого времени, в современной психологии выделяют большое количество различных видов мотивации. Для начала можно выделить такие виды мотивации, как внутренняя (интринсивная) и внешняя (экстринсивная). Их выделяют на основе источников возникновения мотивов. Так, внутренняя мотивация формируется на основе внутренних личностных мотивов человека, например, интерес к какой-либо сфере деятельности, желание развиваться, узнавать новое, стремление выполнить поставленную цель и т.п. Внешняя мотивация же основывается на внешних обстоятельствах. Она напрямую зависит от окружения человека и меньше, чем внутренняя мотивация, связана с содержанием деятельности. Примерами внешней мотивации можно считать мотив избегания наказания или, наоборот, мотив получения одобрения, а также мотив долга или ответственности перед другими людьми и др.

При рассмотрении мотивации деятельности некоторые авторы выделяют в ней такие виды, как мотивацию достижения и мотивацию избегания неудач [Зверева, 2018].

Впервые термин мотивация достижения был упомянут в работах американского психолога Г. Мюррея. Описать мотивацию достижения можно как желание и стремление к поставленным целям, к успеху, к высоким результатам. Рассматривали понятие мотивации достижения и многие другие ученые. Например, американский психолог Д. Макклелланд считал, что мотивация достижения формируется на основе бессознательного желания человека стремиться к совершенству или идеалу.

Мотивация избегания неудач является противоположностью мотивации достижения успеха. Она формируется чаще всего на внешних и отрицательных мотивах. Если человек действует, основываясь на мотивации избегания, то можно утверждать, что, скорее всего, им движут различные страхи, желание избежать наказание, неудачи.

Нами было проведено эмпирическое исследование при помощи Google Форм по выявлению уровня личностной тревожности, а также по определению ведущего типа мотивации у студентов. Планировалось опросить студентов различных московских вузов, обучающихся с 1 по 5 курсы, а также в магистратуре. Для поиска респондентов использовались социальные сети. Студентам было предложено перейти по ссылке и пройти опрос, который включал в себя методики, и затем полученные данные автоматически отправлялись нам.

В исследованиях приняли участие 42 испытуемых: 34 девушек и 8 юношей в возрасте от 18 до 23 лет. Для определения уровня тревожности использовалась Шкала личностной тревожности Спилбергера-Ханина и тест Т. Элерса на мотивацию на успех и избегание неудач. По первой методике, т.е. по шкале личностной тревожности, студенты получили баллы в диапазоне от 35 до 74. Причем ни один студент не набрал меньше 30 баллов, а значит, что никто

из респондентов не соответствует низкому уровню личностной тревожности. Немного больше одной четверти студентов (26%) получили баллы, которые относятся к среднему уровню студентов. Большинство же респондентов (74%) набрали баллы, которые соответствуют высокому уровню личностной тревожности.

По результатам теста Т. Элерса на мотивацию достижения успеха и избегание неудач наименьшее количество человек относится к низкому уровню мотивации. Большинство респондентов набрали баллы, соответствующие среднему уровню мотивации достижения успеха (45%). И между оставшимися двумя уровнями студенты разделились ровно напополам: 10 человек – со слишком высоким уровнем мотивации и 10 – с умеренно высоким.

По второй шкале теста Элерса баллы находятся в диапазоне от 5 до 27. Результаты были разбиты на 4 уровня: низкий, средний, высокий и слишком высокий. Средний уровень, как и в прошлой шкале, является преобладающим, но при этом он занимает менее значительную часть – 33%. Уровень низкой мотивации является самым малочисленным: только 6 человек ему соответствуют. И уровни высокой и слишком высокой мотивации отличаются друг от друга незначительно: набрали 29% и 24% соответственно.

Анализ результатов проводился с помощью программы Excel. Для выявления преобладающего вида мотивации у студентов с различным уровнем личностной тревожности был использован статистический критерий хи-квадрат. Этот критерий позволяет понять, подчиняется ли величина некому теоретическому закону распределения. Прежде чем перейти непосредственно к результатам, нужно обратить внимание на описательную статистику, которая представлена в таблице 1.

Таблица 1 – Описательная статистика по полученным результатам

	Личностная тревожность	Мотивация достижения	Мотивация избегания
Среднее	52,9	16,38	16,83
Медиана	52	16	17
Дисперсия выборки	91,06	19,75	35,41
Интервал	39	17	22
Минимум	35	8	5
Максимум	74	25	27
Счет	42	42	42

У данных, полученных после прохождения двух методик, найдены следующие показатели: среднее, медиана, дисперсия выборки, интервал, минимум и максимум.

Стоит отметить, что из всей выборки не оказалось ни одного респондента, чьи баллы соответствовали бы низкому уровню личностной тревожности. Поэтому далее в работе мы будем рассматривать только два уровня тревожности: средний и высокий.

Были проведены вычисления для выявления зависимости между личностной тревожностью и мотивацией избегания неудач. В таблице 2 представлена таблица наблюдаемых частот.

Таблица 2 – Наблюдаемые частоты личностной тревожности и мотивации неудач

		Мотивация избегания			
		Низкий	Средний	Высокий	Слишком высокий
Личностная тревожность	средний	4	4	4	0
	высокий	2	10	6	12

Из данной таблицы видно, насколько часто встречаются респонденты с теми или иными показателями. При этом мы видим, что наиболее высокое число студентов имеют высокую тревожность и высокую мотивацию избегания неудач. И при этом не оказалось ни одного респондента, чьи результаты соответствовали бы среднему уровню личностной тревожности и слишком высокому уровню мотивации избегания.

После подсчета наблюдаемых частот был использован критерий хи-квадрат. При использовании критерия хи-квадрат за нулевую гипотезу было взято утверждение о том, что личностная тревожность не зависит от мотивации избегания неудач. За альтернативную гипотезу взято утверждение, что эти две переменные зависят друг от друга. Ниже для наглядности представлена таблица с результатами (табл. 3).

**Таблица 3 – Результаты критерия хи-квадрат
(личностная тревожность и мотивация избегания)**

Н0:	Переменные X и Y независимы		
Н1:	Переменные X и Y зависимы		
Уровень значимости $\alpha =$	0,5		
df =	16		
Критическое значение хи-квадрат	7,81473		
Н0 не принимается, т.к.	9,70667	>	7,81473

Обработка результатов показала, что существует зависимость между этими двумя значениями. Это значит, что уровень личностной тревожности и мотивация избегания неудач взаимосвязаны. А точнее, они имеют прямую взаимосвязь, т.е. чем выше личностная тревожность у студента, тем выше будет показатель по шкале мотивации избегания.

Далее для получения более точного результата также был подсчитан критерий хи-квадрат и с мотивацией успеха. Были найдены наблюдаемые частоты, которые представлены в таблице 4.

**Таблица 4 – Наблюдаемые частоты
личностной тревожности и мотивации достижения**

		Мотивация достижения			
		низкий	средний	умеренно высокий	слишком высокий
Личностная тревожность	средний	0	5	3	4
	высокий	3	14	7	6

Из данной таблицы видно, что наивысший показатель – это 14, он соответствует количеству респондентов, имеющих высокий уровень личностной тревожности и средний уровень мотивации достижения. Также из таблицы мы видим, что не оказалось ни одного респондента, который бы имел средний уровень личностной тревожности и при этом низкий уровень мотивации достижения.

За переменную X, как и в предыдущем вычислении, был взят уровень личностной тревожности, и за переменную Y – мотивация к достижению успеха. Нулевая гипотеза звучит следующим образом: переменные X и Y независимы. Альтернативная гипотеза, соответственно, звучит так: переменные X и Y зависимы. Далее также необходимо было вычислить критическое значение хи-квадрата и сравнить его с расчетным значением хи-квадрата. Ниже представлена таблица данных вычислений (табл. 5).

**Таблица 5 – Результаты критерия хи-квадрат
(личностная тревожность и мотивация достижения)**

Н0:	Переменные X и Y независимы		
Н1:	Переменные X и Y зависимы		
Уровень значимости $\alpha =$	0,5		
df =	16		
Критическое значение хи-квадрат	7,81473		
Н0 принимается, т.к.	1,89737	<	7,81473

После сравнения двух значений было обнаружено, что расчетное значение хи-квадрата меньше, чем критическое значение хи-квадрата. Это говорит о том, что гипотеза Н0 принимается, а значит можно сделать следующий вывод: переменные X и Y не являются зависимыми.

Заключение

Таким образом, была проведена описательная статистика результатов трех методик и затем высчитан статистический критерий хи-квадрат. После подсчета результатов можно сказать, что поставленная в работе гипотеза (у студентов с высокой личностной тревожностью преобладает мотивация избегания неудач) в рамках данного исследования подтвердилась. Было выявлено, что личностная тревожность имеет прямую связь с мотивацией избегания неудач. То есть высокий уровень тревожности студентов говорит о том, что по шкале мотивации избегания, скорее всего, также будет высокий показатель. При этом связи с мотивацией достижения выявлено не было.

Следовательно, анализ результатов методики с помощью математических критериев (критерий хи-квадрат) выявил, что между показателем личностной тревожности и мотивацией избегания имеется существенная связь. При этом между показателем личностной тревожности и мотивацией избегания такая связь отсутствует. Поставленная гипотеза о том что у студентов с высокой личностной тревожностью преобладает мотивация избегания неудач, подтвердилась результатами исследования.

Библиография

1. Биктина Н.Н. Мотивации достижения успеха и личностные особенности студентов // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2021. Т. 10. № 1(34). С. 331-334.
2. Зверева Р.Г. Развитие мотивации достижения успеха как условие формирования конкурентоспособности личности студента // Семья и личность: проблемы взаимодействия. 2018. № 10. С. 30-37.
3. Львова Е.Н., Митина О.В., Шлягина Е.И. Личностная тревожность и выбор стратегии совладания // Вопросы психологии. 2015. № 2. С. 1-11.
4. Малкова Е.Е. Тревожность и развитие личности. СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2013. 268 с.
5. Немов Р.С. Социальная психология. СПб.: Питер, 2008. 208 с.
6. Овчарова Р.В. Технологии практического психолога образования. М.: Сфера, 2001. 448 с.
7. О'Коннор Р. Психология вредных привычек. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2015. 256 с.
8. Ткач Р.С., Ткач Е.Н. Мотивация достижения успеха как субъектный ресурс учебно-профессиональной деятельности студентов вуза // Проблемы высшего образования. 2019. № 1. С. 446-449.
9. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. Самоанализ / пер. с англ. В.В. Старовойтова. СПб.: Речь, 2016. 478 с.
10. Шершнева Т.В. Мотивы учебной деятельности современных студентов // Материалы международной научно-практической конференции «Современные технологии в образовании». Мн.: БНТУ, 2016. С. 167-172.

The impact of anxiety on students' motivation

Lyudmila V. Shukshina

Doctor of Philosophy, Professor,
Professor of the Department of social and humanitarian disciplines,
Russian Biotechnological University,
125080, 11 Volokolamskoe highway, Moscow, Russian Federation;
e-mail: liudmila.shukshina@yandex.r

Ol'ga V. Mizonova

PhD in Philosophy, Associate Professor,
Associate Professor of the Department of psychology,
Mordovia State University named after N.P. Ogarev,
430005, 68 Bol'shevistskaya str., Saransk, Russian Federation;
e-mail: mizonovaov@mail.ru

Abstract

The relevance of the study lies in the fact that the level of personal anxiety of students directly affects the performance of educational activities, as well as their further success in professional and work spheres. With admission to a higher educational institution, a person's life changes, he or she enters a new society, a new education system. The burden on students is increasing, and the level of responsibility is also increasing. Accordingly, such mental changes may occur, such as, for example, an increase in the level of personal anxiety. The presence of strong mental stress in a student can negatively affect the nature of his motivation, which, in turn, will affect how the student performs activities, including academic ones. In this regard, the question arises whether there is any relationship between personal anxiety and the motivation of avoidance or achievement or these two psychological factors do not have a significant dependence on each other.

For citation

Shukshina L.V., Mizonova O.V. (2022) Vozdeistvie trevozhnosti na motivatsiyu studentov [The impact of anxiety on students' motivation]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 11 (5A), pp. 113-121. DOI: 10.34670/AR.2022.21.81.015

Keywords

Personal anxiety, situational anxiety, motivation, fear, avoidance of failure, motivation to achieve success.

References

1. Biktina N.N. (2021) Motivatsii dostizheniya uspekha i lichnostnye osobennosti studentov [Motivation for achieving success and personal characteristics of students]. *Azimut nauchnykh issledovaniy: pedagogika i psikhologiya* [Azimut of scientific research: pedagogy and psychology], 10-1(34), pp. 331-334.
2. Khorni K. (2016) *Nevroticheskaya lichnost' nashego vremeni. Samoanaliz* [Neurotic personality of our time. Introspection], translated from English by V.V. Starovoitov]. Saint Petersburg: Rech' Publ.

3. L'vova E.N., Mitina O.V., Shlyagina E.I. (2015) Lichnostnaya trevozhnost' i vybor strategii sovladaniya [Personal anxiety and the choice of a coping strategy]. *Voprosy psikhologii* [Questions of psychology], 2, pp. 1-11.
4. Malkova E.E. (2013) *Trevozhnost' i razvitie lichnosti* [Anxiety and personality development]. Saint Petersburg: Publishing house of the Russian State Pedagogical University named after A.I. Gertsen.
5. Nemov R.S. (2008) *Sotsial'naya psikhologiya* [Social Psychology]. Saint Petersburg: Piter Publ.
6. O'Konnor R. (2015) *Psikhologiya vrednykh privyчек* [Psychology of bad habits]. Moscow: Mann, Ivanov i Ferber Publ.
7. Ovcharova R.V. (2001) *Tekhnologii prakticheskogo psikhologa obrazovaniya* [Technologies of practical psychologist of education]. Moscow: Sfera Publ.
8. Shershneva T.V. (2016) Motivy uchebnoi deyatel'nosti sovremennykh studentov [Motives of educational activity of modern students]. In: *Materialy mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii "Sovremennye tekhnologii v obrazovanii"* [Proc. Int. Conf. "Modern technologies in education"]. Minsk: Belarusian National Technical University, pp. 167-172.
9. Tkach R.S., Tkach E.N. (2019) Motivatsiya dostizheniya uspekha kak sub"ektnyi resurs uchebno-professional'noi deyatel'nosti studentov vuza [Motivation to achieve success as a subjective resource of educational and professional activity of university students]. *Problemy vysshego obrazovaniya* [Problems of higher education], 1, pp. 446-449.
10. Zvereva R.G. (2018) Razvitie motivatsii dostizheniya uspekha kak uslovie formirovaniya konkurentosposobnosti lichnosti studenta [Development of motivation for achieving success as a condition for the formation of the competitiveness of the student's personality]. *Sem'ya i lichnost': problemy vzaimodeistviya* [Family and personality: problems of interaction], 10, pp. 30-37.