

Н. М. Мельникова, Т. С. Монастырев

Эмпирическое исследование взаимосвязи тревожности и учебной мотивации у младших подростков

Северо-Восточный федеральный университет им. М. К. Аммосова, Якутск, Россия

Аннотация. В работе проведено эмпирическое исследование взаимосвязи тревожности и учебной мотивации у младших подростков на выборке сельских школьников: младших подростков, саха. В работе использовались следующие методики: методика «Шкала тревожности» Кондаша, методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса, анкета учебной мотивации Н. Г. Лускановой, в модификации Е. Н. Даниловой (вариант, рекомендованный для младших подростков). Данные эмпирического исследования были проанализированы с помощью программы IBM SPSS Statistics. Для анализа данных генеральной выборки был применен корреляционный анализ по критерию Пирсона. Для анализа данных подвыборок применялся критерий ранговой корреляции Спирмена. Для сравнения разных подвыборок (наличие – отсутствие различий) использовался статистический U-критерий Манна-Уитни. Установлено, что данная категория подростков особо чувствительна к ситуации успеха, нуждается в ней. Существует умеренная обратная взаимосвязь между уровнем учебной мотивации и уровнем фрустрации потребности в достижении успеха; это означает, что мотивация подростков в некоторых ситуациях может зависеть от наличия или отсутствия положительной обратной связи педагогов. Подростки чувствительны и нуждаются в ситуации успеха, внимании и поддержке учителей. Также выявлена связь между степенью школьной тревожности и страхом провальных работ. Уровень учебной мотивации отличников имеет обратную взаимосвязь с уровнем школьной тревожности. В связи с этим можно предположить, что мотивация учебы у большинства отличников носит внешний характер и может исходить от окружения (родители, педагоги). Повышение тревожности на фоне уменьшения учебной мотивации можно объяснить чувством вины из-за неоправданных ожиданий – данное предположение подтверждается выявленной обратной связью между учебной мотивацией и страхом не соответствовать ожиданиям окружающих. В работе даны рекомендации педагогам и психологам по общению с подростками с целью коррекции тревожности и мотивации. Взаимосвязь учебной мотивации и тревожности в полной мере раскрывается в группе учащихся с высокой успеваемостью. В иных группах взаимосвязь не такая явная, а потому требуется дальнейшее изучение данной проблемы.

Ключевые слова: мотивация учебной деятельности, тревожность, подростки, фрустрация, потребность в достижении успеха, ситуация успеха, социальное окружение, обратная связь.

МЕЛЬНИКОВА Надежда Михайловна – к. психол. н., доцент кафедры психологии и социальных наук Института психологии, Северо-Восточный федеральный университет им. М.К. Аммосова, г. Якутск, Россия.

E-mail.: shpresa1000000@gmail.com

MELNIKOVA Nadezhda Mikhailovna – Associate Professor, Department of Psychology and Social Sciences, Institute of Psychology, M.K. Ammosov North-Eastern Federal University, Yakutsk, Russia.

МОНАСТЫРЕВ Тимур Степанович – студент четвертого курса группы Б-ПС-18 Института психологии, Северо-Восточный федеральный университет им. М.К. Аммосова, г. Якутск, Россия.

MONASTYREV Timur Stepanovich – fourth-year student, Institute of Psychology, M.K. Ammosov North-Eastern Federal University, Yakutsk, Russia.

N. M. Melnikova, T. S. Monastyrev

An empirical study of the relationship between anxiety and learning motivation in younger adolescents

M. K. Ammosov North-Eastern Federal University, Yakutsk, Russia

Abstract. In this work, an empirical study of the relationship between anxiety and learning motivation in younger adolescents was carried out on a sample of rural schoolchildren: younger adolescents of the Sakha ethnicity. The following methods were used in the work: the Kondash Anxiety Scale method; the Phillips method of diagnosing the level of school anxiety; and the questionnaire of educational motivation by N.G. Luskanova, modified by E. N. Danilova (option recommended for younger teenagers). The data from the empirical study were analyzed using the IBM SPSS Statistics software. To analyze the data of the general sample, a correlation analysis was applied according to the Pearson criterion. The Spearman's rank correlation test was used to analyze the subsample data. To compare different subsamples (presence or absence of differences), the statistical Mann-Whitney U-test was used. It was established that this category of adolescents is especially sensitive to the situation of success, needing it. There is a moderate inverse relationship between the level of learning motivation and the level of frustration of the need to achieve success; this means that the motivation of adolescents in some situations may depend on the presence or absence of positive feedback from teachers. Adolescents are sensitive and need a situation of success, attention and support from teachers. A relationship was also found between the degree of school anxiety and the fear of test papers. The level of academic motivation of excellent students has an inverse relationship with the level of school anxiety. In this regard, it can be assumed that the motivation for learning in most excellent students is external in nature and can come from the environment (parents, teachers). An increase in anxiety against the background of a decrease in learning motivation can be explained by a sense of guilt due to unjustified expectations: this assumption is confirmed by the revealed feedback between learning motivation and fear of not meeting the expectations of others. The paper gives recommendations to teachers and psychologists on communicating with adolescents in order to correct anxiety and motivation. The relationship between learning motivation and anxiety is fully revealed in the group of students with high academic performance. In other groups, the relationship is not so obvious, and therefore further study of this problem is required.

Keywords: learning activity motivation, anxiety, teenagers, frustration, need to achieve success, situation of success, social environment, feedback.

Введение

Актуальность. Актуальность темы продиктована теми изменениями, которые претерпевает как современная школа, так общество в целом. Ускорение темпа сегодняшней жизни требует от человека определенных навыков. В школе требования ко всем одинаковы, однако, не все им соответствуют. Из-за этого возникают проблемы в виде школьной неуспеваемости. Неуспеваемость в череде прочих мелких неудач может привести к возникновению школьной тревожности. Неадекватная оценка психологического состояния учащегося создает тяжелейшие внутренние конфликты, обостряет чувство душевного одиночества, создает чувство безысходности. Тревожные дети часто могут быть внешне спокойными, у них могут быть развитые коммуникативные навыки, они могут быть успешны в учебе, но при этом чувствовать серьезную тревогу, что может сказываться на их психологическом и соматическом здоровье. Более того, современные реалии – локдаун и переход на дистанционное и смешанное обучение, введение ВПР и, как следствие, требование повышения успеваемости – влияют как на эмоциональное состояние школьников, так и на различные аспекты учебной деятельности, в первую очередь, на учебную мотивацию, что требует более пристального анализа данной проблемы для разработки мер психолого-педагогической помощи и рекомендаций для педагогов и родителей.

Мотивация учебной деятельности – это связка мотивов, образующих установку на комплекс определенных действий, направленных на достижение определенного результата. Основные виды мотивов: познавательный, социальный, мотив достижений [1, с. 309]. Именно под влиянием последнего подросток пытается достичь триумфа, определенных результатов.

Согласно классификации Божович Л. И., учебная деятельность побуждается двумя видами мотивов, дифференцированных по морфогенезу: познавательные мотивы; социальные мотивы. Познавательные мотивы, создаваемые самой учебной деятельностью, связаны с ее содержанием (мотивы самообучения, вектор на усвоение новой информации). Природа же социального мотива определяется всей системой социального взаимодействия, существующей между одноклассниками и окружающей средой, и могут быть широкими социальными (долг, ответственность перед социумом, коллективом, учителем; мотивы самоидентификации и т.п.) и узкосоциальными (мотив ожидания одобрения со стороны учителей, друзей и близких; мотив быть успешным; мотив получения высоких оценок и т.п.) [2, с. 101].

Учебная мотивация у младших подростков характеризуется неустойчивостью, что связано с перестройкой системы ценностей, взаимоотношений с социальным окружением [3; 4; 5; 6]. Изменения в приоритетах могут сталкиваться с требованиями социального окружения. На фоне физиологических изменений социальное давление со стороны значимых взрослых, может являться источниками тревоги и способствовать повышению учебной тревожности.

Тревожностью называют индивидуальное психологическое свойство, которое проявляется в предрасположенности человека к неоднократным переживаниям состояния тревоги, а также в низкой физиологической сопротивляемости к стрессу.

Психологические особенности тревожности подростков и влияние школьной тревожности на успеваемость являются предметом пристального внимания современных психологов [7; 8; 9; 10; 11; 12; 13].

Под тревожностью обычно понимают ожидание неблагоприятного исхода тех или иных событий. Однако при этом у тревожных людей подобное состояние характеризуется болезненным постоянством. Проявления тревожности могут скрываться за определенными поведенческими паттернами [14, с. 28]. Самой главной перспективой изучения тревожности является ее связь с продуктивностью деятельности, что может обуславливаться мотивацией.

Тревожность как психическое свойство является главнейшей субъективной переменной, которая влияет на деятельность личности в сфере труда, социального взаимодействия и познания, воздействует на эффективность и качество различных видов деятельности, в том числе и учебной. Младший подростковый возраст – сложная пора развития и психологического формирования детей. Наиболее актуальна тема изучения состояний и уровней тревожности, обуславливающей учебную деятельность младших подростков, где осознание психических состояний и контроль над ними в ходе развития и социального взаимодействия служит одним из главнейших элементов деятельности [13, с. 117].

В то же время необходимо продолжить изучать данную проблему, а также взаимосвязь учебной мотивации с тревожностью у современных школьников, которые подвержены влиянию многих факторов: переходом к онлайн обучению в условиях пандемии, введением ВПР и др.

Цель данного исследования: изучение взаимосвязи учебной мотивации и тревожности у подростков.

Объект исследования: подростки в возрасте 11–14 лет.

Выборка исследования: 143 человека, из них 76 мальчиков и 67 девочек саха, учащихся сельской школы РС (Я).

Гипотезы исследования:

1. Существует взаимосвязь между учебной мотивацией и учебной тревожностью у подростков: чем выше уровень учебной мотивации ученика, тем выше его тревожность.

2. Существуют различия во взаимосвязи между учебной мотивацией и учебной тревожностью у подростков с различной успеваемостью.

Методы исследования

1) Анкета учебной мотивации Н. Г. Лускановой в модификации Е. Н. Даниловой (рекомендованный вариант для младших подростков) [15].

2) Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса.

3) Методика «Шкала тревожности» Кондаша.

Все школьники были поделены на три группы:

1) группа школьников с высокой успеваемостью – средний балл выше 4,5–20 человек;

2) группа школьников с хорошей успеваемостью – средний балл от 4 до 4,5–85 человек;

3) группа школьников со средней успеваемостью – средний балл от 3 до 3,9–38 человек.

Неуспевающих школьников выявлено не было.

Методы математической статистики. Для анализа данных генеральной выборки был применен корреляционный анализ по критерию Пирсона. Для анализа данных подвыборок применялся непараметрический корреляционный анализ по критерию Спирмена. Для сравнения разных подвыборок по шкалам использовался статистический критерий Манна-Уитни. Данные эмпирического исследования были проанализированы с помощью программы IBM SPSS Statistics.

Результаты исследования

По результатам модифицированной методики Н. Г. Лускановой были выявлены уровни учебной мотивации школьников (табл. 1).

Таблица 1

Уровни учебной мотивации школьников

Уровень мотивации	Кол-во опрошенных	Процент
Высокий	26	18,18%
Средний	62	43,36%
Низкий	42	29,37%
Очень низкий	13	9,09%

При сравнительно малом количестве девочек (67 из 143), девочки составляют большую долю учащихся с высокой учебной мотивацией (табл. 2).

Таблица 2

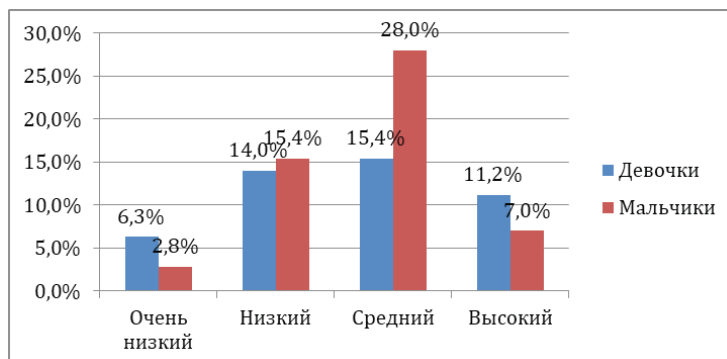
Гендерные различия в уровне учебной мотивации

Уровень учебной мотивации	Девочки	Мальчики
Очень низкий	9	4
Низкий	20	22
Средний	22	40
Высокий	16	10
N	67	76

Средний уровень мотивации преобладает у мальчиков (28%), а низкий уровень мотивации выявлен у 6,3% девочек (рис 1.)

Рисунок 1

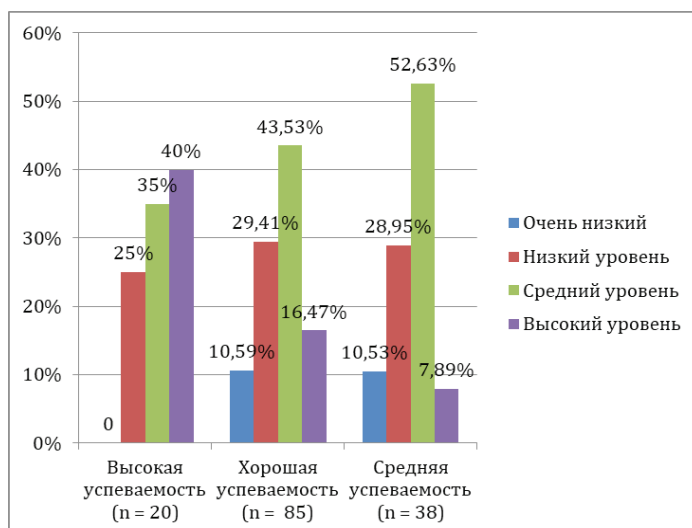
**Распределение результатов исследования учебной мотивации
по гендерному признаку**



Распределение результатов методики учебной мотивации по фактору успеваемости дало следующие результаты: у 40 % учащихся с высокой успеваемостью выявлен высокий уровень учебной мотивации, у 47 % учащихся с хорошей успеваемостью – средний уровень, у 50 % учащихся со средней успеваемостью – низкий уровень.

Рисунок 2

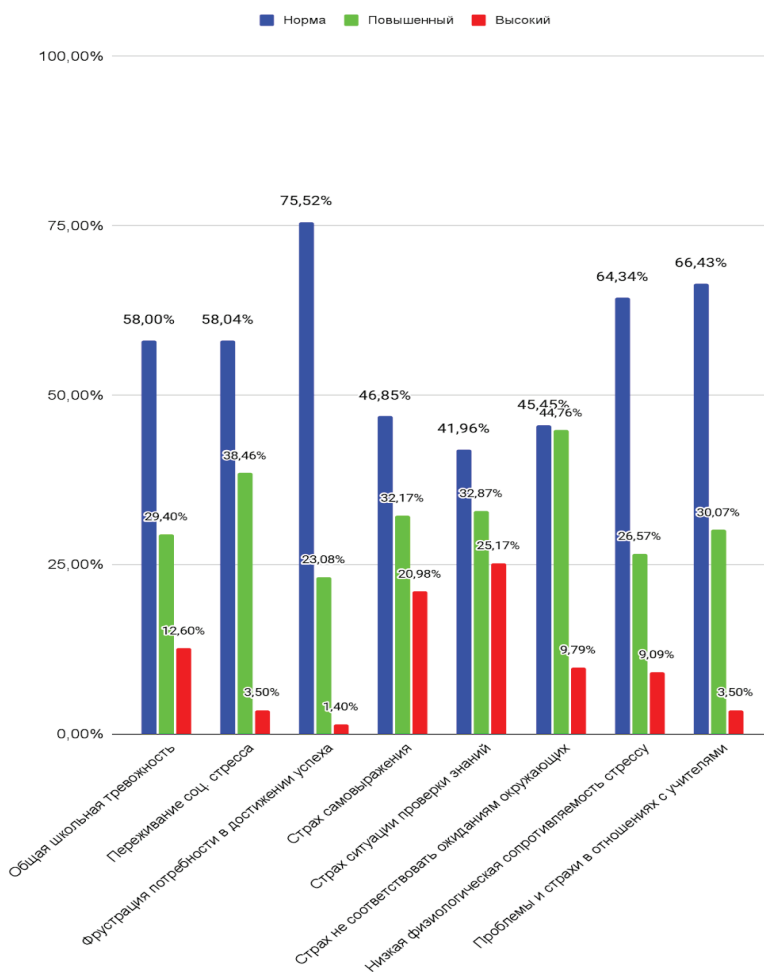
**Распределение результатов исследования уровня учебной мотивации
по фактору успеваемости**



Следующая методика: уровень школьной тревожности Филлипса. Данная методика позволяет выявить уровень и характер тревожности, связанной со школой. По результатам опроса доля учащихся с высокой школьной тревожностью составляет 12,6 (рис. 3).

Рисунок 3

Показатели учебной тревожности (тест Филлипса) (N = 143)



Результаты, приведенные в рисунке 3, показывают, что самой тревожной ситуацией учащиеся считают ситуацию проверки знаний (25,17 % – 36 опрошенных учащихся). Самая большая доля показателей, укладывающихся в диапазон нормы приходится на шкалу фрустрации потребности в достижении успеха (75,52 %), что свидетельствует о том, что в данной школе и в опрошенных классах созданы комфортные условия для достижения результатов учениками.

Если говорить о распределении тревожных учащихся среди отличников, то можно говорить о следующих результатах: из 20 учащихся с высокой успеваемостью самый распространенный показатель высокой тревожности представлен шкалой страха самовыражения (5 человек). Самый большой показатель повышенной тревожности представлен шкалой страха ситуации проверки знаний (9 человек). Самый большой показатель нормы по шкале фрустрации потребности в достижении успеха (16 человек) (табл. 3, рис. 4).

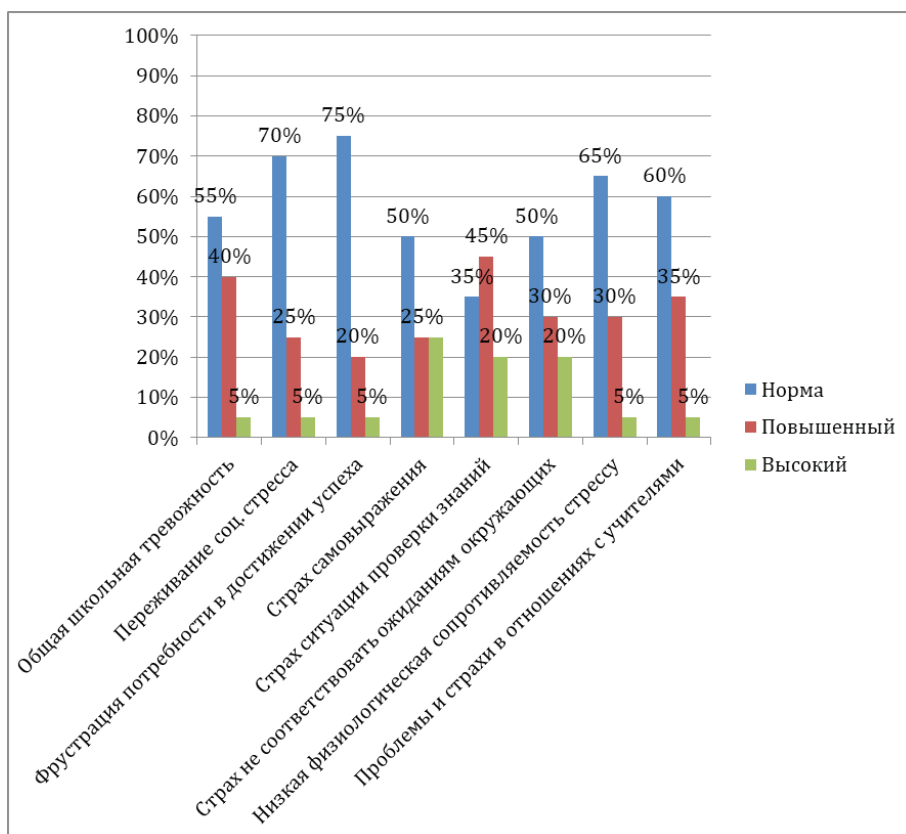
Таблица 3

**Показатели школьной тревожности среди подвыборки учеников с высокой успеваемостью
(n = 20 человек)**

Шкалы методики	Норма	Повышенный	Высокий
Общая школьная тревожность	11	8	1
Переживание соц. стресса	14	5	1
Фрустрация потребности в достижении успеха	16	4	1
Страх самовыражения	10	5	5
Страх ситуации проверки знаний	7	9	4
Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	10	6	4
Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	13	6	1
Проблемы и страхи в отношениях с учителями	12	7	1

Рисунок 4

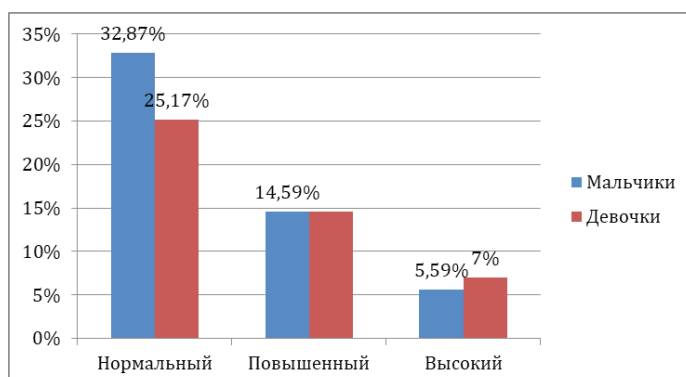
**Распределение показателей школьной тревожности среди подвыборки учеников
с высокой успеваемостью (n = 20 человек)**



Результаты проведенной методики показывают, что при меньшей общей численности девочек среди них выявлено больше высоко тревожных учащихся, чем среди мальчиков, однако разницу нельзя назвать существенной (разница составляет 2 человека) (рис. 5).

Рисунок 5

Распределение показателей школьной тревожности по гендерному признаку (N = 143)



Опросник Кондаша представляет собой список вопросов, которые определяют отношение учащегося к типичным ситуациям из повседневной жизни и учебы. Результаты представлены в таблице 4. Процент высоко и очень высоко тревожных учащихся составил 5,6 % из общей выборки в 143 учащихся. Данные ученики испытывают общий дискомфорт независимо от ситуации учебы или повседневной жизни.

Таблица 4

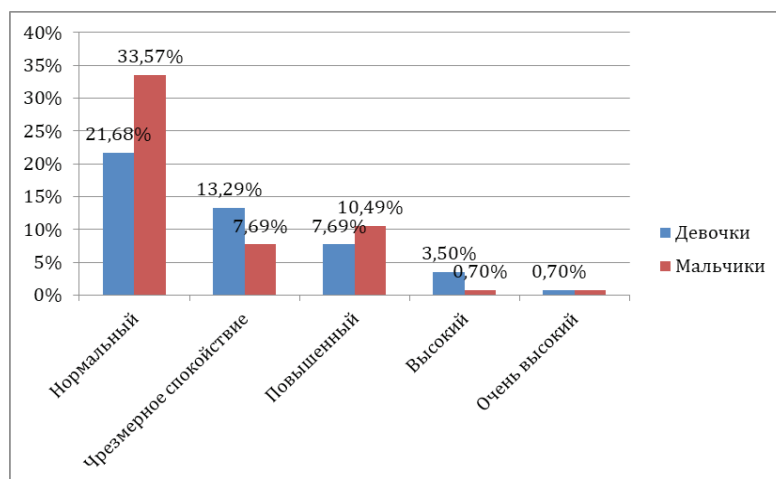
Уровень общей тревожности

Уровень общей тревожности	Количество опрошенных	Процент
Чрезмерное спокойствие	30	21%
Нормальный	79	55,2%
Повышенный	26	18,2%
Высокий	6	4,2%
Очень высокий	2	1,4%

Если говорить о доле мальчиков и девочек, то можно сказать, что у девочек снова численный перевес: шесть высоко тревожных учениц, тогда как среди мальчиков тревожных двое (рис. 6).

Рисунок 6

Распределение показателей уровня общей тревожности по гендерному признаку (N = 143)



В ходе исследования, с целью выявления взаимосвязи между учебной мотивацией и тревожностью, проведен корреляционный анализ по критерию Пирсона и Спирмена.

Выявлена сильная положительная корреляционная связь между общей школьной тревожностью и страхом ситуации проверки знаний ($r = 0,86$). Таким образом, можно утверждать, что степень школьной тревожности во многом зависит от уровня страха проверочных работ.

Самая сильная отрицательная связь выявлена между показателями учебной мотивации и фрустрации потребности в достижении успеха ($r = -0,329$) (табл. 5). Умеренная отрицательная корреляция между показателями предполагает обратную взаимосвязь – чем меньше фрустрация потребности в достижении успеха, тем выше учебная мотивация. Следовательно, если нет угрозы и препятствий к удовлетворению тех или иных потребностей (например, потребности в знаниях), то тем выше мотивация у подростков.

Таблица 5

Взаимосвязь показателей учебной мотивации и школьной тревожности

	Учебная мотивация	Общая школьная тревожность	Фрустрация потребности в достижении успеха
Учебная мотивация	1	-0,282**	-0,329**

** Корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя)

По подгруппам, составленным по фактору успеваемости, проведен корреляционный анализ по критерию Спирмена. Результаты представлены в табл. 6.

Таблица 6

Взаимосвязь учебной мотивации с тревожностью в группе высоко успевающих ($n = 20$)

	Учебная мотивация
Учебная мотивация	1
Общая школьная тревожность	-0.824**
Переживание социального стресса	-0.101
Фрустрация потребности в достижении успеха	-0.208
Страх самовыражения	-0.668**
Страх ситуации проверки знаний	-0.711**
Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	-0.711**
Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	-0.763**
Проблемы и страхи в отношениях с учителями	-0.285
Уровень общей тревожности	-0.814**
Уровень школьной тревожности	-0.752**
Уровень самооценочной тревожности	-0.806**
Уровень межличностной тревожности	-0.640

** Корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя).

В подгруппе высоко успевающих выявлена тенденция отрицательной корреляции уровня учебной мотивации со шкалами тревожности: самая сильная связь выявлена между показателями учебной мотивации и школьной тревожности. Данное обстоятельство интерпретируется следующим образом: чем выше уровень учебной мотивации, тем меньше уровень тревожности и наоборот. Можно сказать, что тенденция взаимосвязи мотивации и тревожности справедлива по отношению к высоко успевающим учащимся.

Также учебная мотивация связана со степенью фрустрации достижения успеха – если нет серьезных препятствий на пути к свершениям (есть ситуация успеха), то степень мотивации ученика будет высокой.

Для сравнения выборок между показателями шкал был применен непараметрический U-критерий Манна-Уитни. В ходе сравнений шкал по параметрам успеваемости было выявлено одно различие: между уровнями мотивации высоко успевающих и средне успевающих. Значение составило 0,024 при уровне значимости 0,5. По другим шкалам разницы не обнаружено.

Результаты корреляционного анализа генеральной выборки по критерию Пирсона не подтвердили основную гипотезу, однако в ходе исследования выявлены следующие закономерности.

Уровень учебной мотивации отличников имеет обратную взаимосвязь с уровнем школьной тревожности. Данный результат не нашел отражения в иных группах (хорошо успевающие, средне успевающие) – можно говорить о том, что низкая мотивация при успешной учебной деятельности связана с возникновением высокой тревожности. В связи с этим можно предположить, что мотивация учебы у большинства отличников носит внешний характер и может исходить от окружения (родители, педагоги и т.п.). Повышение тревожности на фоне уменьшения учебной мотивации можно объяснить чувством вины из-за неоправданных ожиданий – данное предположение подтверждается сильной обратной связью между учебной мотивацией и шкалой страха не соответствовать ожиданиям окружающих ($r = -0,711$).

Отрицательную связь между мотивацией и тревожностью у отличников можно объяснить следующим образом: тревожность при отсутствии четкой мотивации зачастую может выступать в качестве мобилизующего фактора, выполняя роль стимулятора.

Исходя из полученных результатов, можно сделать вывод о том, что уровень учебной мотивации подростков во многом зависит от ситуации успеха: об этом говорит выявленная в генеральной выборке отрицательная корреляционная связь между уровнем учебной мотивации и уровнем фрустрации потребности в достижении успеха ($r = -0,329$).

Степень школьной тревожности в генеральной выборке зависит от уровня страха ситуации проверки знаний. Данные параметры имеют сильную корреляционную связь, что говорит об их взаимовлиянии. Школьная тревожность ухудшает психологическое и физическое здоровье школьников, может приводить к кризисным ситуациям.

По результатам проведенного эмпирического мы пришли к следующим выводам:

1) Первая гипотеза не подтвердилась: на выборке сельских школьников саха не установлена взаимосвязь между учебной мотивацией и школьной тревожностью.

2) Вторая гипотеза подтвердилась частично: существуют различия во взаимосвязи между учебной мотивацией и учебной тревожностью у подростков с различной успеваемостью. Положение о взаимосвязи между уровнем мотивации и уровнем школьной тревожности справедливо только по отношению к группе учащихся с высокой успеваемостью.

3) Выявлены следующие гендерные различия: количество высоко тревожных учащихся среди девочек выше, чем среди мальчиков; также процент девочек с высоким и с очень низким уровнем учебной мотивации больше; у мальчиков преобладает средний уровень учебной мотивации.

4) Уровень школьной тревожности учащихся связан с уровнем страха проверки знаний.

5) Существует умеренная обратная взаимосвязь между уровнем учебной мотивации и уровнем фрустрации потребности в достижении успеха; это означает, что мотивация подростков в некоторых ситуациях может зависеть от наличия или отсутствия положительной обратной связи педагогов. Подростки чувствительны и нуждаются в ситуации успеха, внимании и поддержке учителей.

Пути совершенствования методики воспитания для коррекции низкой мотивации и тревожности

Большую роль играет коммуникация с подростками значимых лиц. Именно родители и учителя могут способствовать как усилению, так и снижению тревожности и мотивации. Важно обратить внимание на развитие компетентности учителей в педагогическом общении, умению учитывать индивидуально-типологические особенности учащихся в педагогической деятельности, а также снижать тревожность родителей, проводить с ними психолого-просветительские мероприятия. По итогам исследования были разработаны следующие рекомендации. Нами выделен отдельный подход к коррекционной работе с отличниками: если по данным исследования отсутствие мотивации у отличников определяется как признак повышенной тревожности, то коррекцию мотивации отличников можно проводить через коррекцию тревожности. Для коррекции эмоционального состояния можно использовать программу «Укрепление психического здоровья детей и подростков в общеобразовательных учреждениях Республики Саха (Якутия)», разработанную Семеновой Н. Б. [29]. Важной частью коррекционной работы является мониторинг успеваемости учащихся. Таким образом, если высоко тревожный или низкомотивированный ученик не успевает по учебе, то коррекция одного из факторов повлияет на уровень другого. Т.е. коррекцию высоко тревожного ученика можно провести путем мотивирования. И, наоборот, низкая мотивация у успевающего ученика может быть следствием высокой тревожности – можно провести повторную диагностику тревожности.

Очень часто для подобных учащихся незначительные проблемы или противоречия, возникающие в ходе учебы, могут перерасти в негативную учебную установку. Данные установки могут превратиться в устойчивые черты характера. Своевременное проведение коррекционных мероприятий может повысить учебную мотивацию.

Учитывая взаимосвязь школьной тревожности и страха оценки, педагогам стоит обратить внимание на подход к ученикам: они зачастую склонны пугать учеников контрольными срезами, упрекать оценками, из-за чего у ребенка могут возникать тяжелейшие ситуации внутреннего конфликта.

Не следует сравнивать ребенка с другими учащимися – акцент должен делаться на сравнении с самим собой: каким ребёнок был раньше и каков он сейчас.

Возможна стимуляция оптимистического взгляда на возможности ученика (повышение самооценки способствует снижению тревожности и более эффективной деятельности, поддержка и одобрение не могут быть чрезмерными, если они заслужены); если говорится о недостатках и ошибках – это делается в мягкой манере, сопровождая упоминанием о достоинствах ребенка, либо выражая уверенность в преодолении препятствий (вера в ребенка, в его силы).

Не следует также спешить при работе с тревожными детьми, поскольку работа в условиях нехватки времени повышает уровень тревожности детей.

Целесообразны репетиции, «проигрывание» тревожащих мероприятий (экзаменов, олимпиад, концертов): воспроизведение лишает их пугающей неопределенности, создает паттерны поведения.

Даже если требуется дать замечание ребенку, нужна четкая аргументация позиции («Ты получил 3, потому что вот здесь ошибся»; «Ты способный, эту часть работы сделал замечательно, поработай над этой темой»). Следует отказаться от вербальной (словесной) агрессии в отношении тревожных учеников. Желательно использовать метод бутерброда, отмечать каждый позитивный сдвиг, формировать успех.

Очень важно создание положительного примера: если родитель демонстрирует ребенку позитивное (принимающее) или негативное (недовольство, презрение) отношение к школе

и ее представителям, учебе как таковой, деятельности ребенка как ученика, он невольно перенимает и усваивает это отношение как собственное.

Очень важно напоминание учителя о прошлых достижениях ученика, простые слова поддержки: «Ты хорошо ответил. Все пройдет удачно. Ты должен быть спокоен, все хорошо!»

Заключение

Мотивация является ключевым фактором успеха в любой деятельности, в том числе и в учебной. В подростковом возрасте мотивация может снижаться по ряду причин, в том числе и из-за повышенной учебной тревожности. Большую роль играет ближайшее социальное окружение. Именно родители и учителя могут способствовать как усилению, так и снижению тревожности. Особое внимание необходимо обратить на развитие умений подачи обратной связи с учетом индивидуальных особенностей учеников.

Проведя анализ литературы по проблеме, можно отметить, что высокая тревожность иногда может быть связана с успешной учебой, но эта связь неоднозначна и требует дальнейшего изучения.

Тревожность может способствовать мобилизации умственных ресурсов, однако вместе с тем у учащихся с высокой успеваемостью может наблюдаться одновременное снижение мотивации. Со стороны это может выглядеть как кратковременное улучшение когнитивных способностей во время ответственных ситуаций (контрольные, конкурсы, олимпиады) с последующим регрессом мотивации – учащийся начинает с неохотой выполнять задания, становится рассеянным и инертным. В длительной перспективе тревожность может привести к ухудшению физического и психологического здоровья.

Взаимосвязь учебной мотивации и тревожности в полной мере раскрывается в группе учащихся с высокой успеваемостью. В иных группах взаимосвязь не такая явная, что может быть связано с ограничениями выбранных методик, спецификой выборки исследования, а потому требуется дальнейшее изучение данной проблемы с применением широкого ряда методических средств на различных выборках.

Литература

1. Ахмадова, З. М. Связь интереса и мотивации в учебной деятельности студентов / З. М. Ахмадова // Мир науки, культуры, образования. – 2020. – №2 (81). – С. 308-310.
2. Мошенникова, Д. В. Представления об учебной мотивации подростков в современной психологической науке / Д. В. Мошенникова // Вестник науки и образования. – 2021. – №11(114). – С. 100-102.
3. Ковалевская, А. В. Влияние учебной мотивации на успеваемость подростков / А. В. Ковалевская // Концепт. – 2015. – Спецвыпуск № 01. – С. 1-6.
4. Клепач, Ю. В. Особенности мотивации учебной деятельности подростков / Ю. В. Клепач, Т. В. Рубцова // Научно-педагогическое обозрение. – 2019. – №6 (28). – С. 63-72.
5. Ляшенко, М. В. Мотивация учебной деятельности: основные понятия и проблемы / М. В. Ляшенко // Вестник ЮУрГУ. Серия «Образование. Педагогические науки». – 2019. – Т. 11. – № 1. – С. 53-73.
6. Романова, Е. В. Особенности развития познавательной мотивации младших подростков / Е. В. Романова, Н. А. Пронина // Ped.Rev.. 2021. №1 (35). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-razvitiya-poznavatelnoy-motivatsii-mladshih-podrostkov> (дата обращения: 22.09.2022).
7. Прихожан, А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / А. М. Прихожан. – Москва; Воронеж, 2000.
8. Парфенова, Т. А. Влияние уровня проявления тревожности младших подростков на успешность в учебной деятельности / Т. А. Парфенова // Гуманитарные исследования. – 2015. – № 3 (7). – С. 117-120.

9. Гаранина, Ж. Г. Психологические особенности школьной тревожности подростков / Ж. Г. Гаранина, Н. С. Русаякина // Текст научной статьи по специальности «Психологические науки»: [Электронный ресурс]. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-osobennosti-shkolnoy-trevozhnosti-podrostkov/viewer>. – 2020. – С. 1-5.
10. Жердева, Л. А. Влияние тревожности на успеваемость школьников / Л. А. Жердева // Психологические науки. – 2021. – С. 97-99.
11. Репкина, Т. В. Тревожность как фактор нарушения психосоматического здоровья школьников / Т. В. Репкина, А. Ю. Бендрикова, Ю. Ю. Кочетова, М. Старчикова, Н. С. Тимченко // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2021. – №2(192). – С. 421–427.
12. Штукина, В. А. Состояния тревожности в системе отношений ученик–учитель среднего звена общеобразовательной школы / В. А. Штукина // Научно-исследовательские публикации (JSRP). – 2017. – № 2 (40). – С. 89-95.
13. Парфенова, Т. А. Влияние уровня проявления тревожности младших подростков на успешность в учебной деятельности / Т. А. Парфенова // Гуманитарные исследования. – 2015. – № 3 (7). – С. 117-120.
14. Левин, О. С. Тревога и коморбидные состояния / О. С. Левин, Е. А. Ляшенко // Нервные болезни. – 2016. – 1. – С. 28-34.
15. Анкета учебной мотивации Н. Г. Лускановой (в модификации Е. И. Даниловой): [Электронный ресурс]. – URL: <https://rykovodstvo.ru/instr/121585/index.html>
16. Семенова Н. Б., Укрепление психического здоровья детей и подростков в общеобразовательных учреждениях Республики Саха (Якутия): методические рекомендации / Н. Б. Семенова, Т. П. Раменская, А. Е. Купреева. – Красноярск, 2013.

References

1. Ahmadova, Z. M. Svyaz' interesa i motivacii v uchebnoj deyatel'nosti studentov / Z. M. Ahmadova // Mir nauki, kul'tury, obrazovaniya. – 2020. – №2 (81). – S. 308-310.
2. Moshennikova, D. V. Predstavleniya ob uchebnoj motivacii podrostkov v sovremennoj psihologicheskoy nauke / D. V. Moshennikova // Vestnik nauki i obrazovaniya. – 2021. – №11(114). – S. 100-102.
3. Kovalevskaya, A. V. Vliyanie uchebnoj motivacii na uspevaemost' podrostkov / A. V. Kovalevskaya // Konzept. – 2015. – Specvypusk № 01. – S. 1-6.
4. Klepach, YU. V. Osobennosti motivacii uchebnoj deyatel'nosti podrostkov / YU. V. Klepach, T. V. Rubcova // Nauchno-pedagogicheskoe obozrenie. – 2019. – №6 (28). – S. 63-72.
5. Lyashenko, M. V. Motivaciya uchebnoj deyatel'nosti: osnovnye ponyatiya i problemy / M. V. Lyashenko // Vestnik YUUrGU. Seriya «Obrazovanie. Pedagogicheskie nauki». – 2019. – T. 11. – № 1. – S. 53-73.
6. Romanova, E. V. Osobennosti razvitiya poznavatel'noj motivacii mladshih podrostkov / E. V. Romanova, N. A. Pronina // Ped.Rev.. 2021. №1 (35). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-razvitiya-poznavatel'noj-motivatsii-mladshih-podrostkov> (data obrashcheniya: 22.09.2022).
7. Prihozhan, A. M. Trevozhnost' u detej i podrostkov: psihologicheskaya priroda i vozrastnaya dinamika / A. M. Prihozhan. – Moskva; Voronezh, 2000.
8. Parfenova, T. A. Vliyanie urovnya proyavleniya trevozhnosti mladshih podrostkov na uspehnost' v uchebnoj deyatel'nosti / T. A. Parfenova // Gumanitarnye issledovaniya. – 2015. – № 3 (7). – S. 117-120.
9. Garanina, ZH. G. Psihologicheskie osobennosti shkol'noj trevozhnosti podrostkov / ZH. G. Garanina, N. S. Rusyajkina // Tekst nauchnoj stat'i po special'nosti «Psihologicheskie nauki»: [Elektronnyj resurs]. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-osobennosti-shkolnoy-trevozhnosti-podrostkov/viewer>. – 2020. – S. 1-5.
10. ZHerdeva, L. A. Vliyanie trevozhnosti na uspevaemost' shkol'nikov / L. A. ZHerdeva // Psihologicheskie nauki. – 2021. – S. 97-99.
11. Repkina, T. V. Trevozhnost' kak faktor narusheniya psihosomaticheskogo zdorov'ya shkol'nikov / T. V. Repkina, A. YU. Bendrikova, YU. YU. Kochetova, M. Starchikova, N. S. Timchenko // Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. – 2021. – №2(192). – S. 421–427.
12. SHtukina, V. A. Sostoyaniya trevozhnosti v sisteme otnoshenij uchenik–uchitel' srednego звена obshcheobrazovatel'noj shkoly / V. A. SHtukina // Nauchno-issledovatel'skie publikacii (JSRP). – 2017. – № 2 (40). – S. 89-95.

13. Parfenova, T. A. Vliyaniye urovnya proyavleniya trevozhnosti mladshih podrostkov na uspehnost' v uchebnoj deyatel'nosti / T. A. Parfenova // Gumanitarnye issledovaniya. – 2015. – № 3 (7). – S. 117-120.

14. Levin, O. S. Trevoga i komorbidnye sostoyaniya / O. S. Levin, E. A. Lyashenko // Nervnye bolezni. – 2016. – 1. – S. 28-34.

15. Anketa uchebnoj motivatsii N. G. Luskanovoj (v modifikatsii E. I. Danilovoj): [Elektronnyj resurs]. – URL: <https://rykovodstvo.ru/instr/121585/index.html>

16. Semenova N. B., Ukrepleniye psikhicheskogo zdorov'ya detej i podrostkov v obshcheobrazovatel'nyh uchrezhdeniyah Respubliki Saha (Yakutiya): metodicheskie rekomendatsii / N. B. Semenova, T. P. Ramenskaya, A. E. Kupreeva. – Krasnoyarsk, 2013.

