

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«Южно-Уральский государственный университет»
(национальный исследовательский университет)
Высшая медико-биологическая школа
Факультет психологии
Кафедра «Общая психология, психодиагностика
и психологическое консультирование»

Рецензент, канд. психол. наук
доцент кафедры ОП
_____ Т.В.Наливайко
_____ 2020 г.

ДОПУСТИТЬ К ЗАЩИТЕ
Заведующий кафедрой ОП,
канд. психол. наук, доцент
_____ С.В.Морозова
_____ 2020 г.

**ИССЛЕДОВАНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ АТТРИБУТИВНОГО СТИЛЯ
ОПТИМИЗМ-ПЕССИМИЗМ И МОТИВАЦИИ
УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ У СТУДЕНТОВ
РАЗНЫХ КУРСОВ**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
К ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЕ
ЮУрГУ–37.03.01.2020.475.ПЗ ВКР

Руководитель проекта,
канд. психол. наук
_____ З.А. Шакурова
_____ 2020 г.

Автор проекта
студент группы МБ-475
_____ К.В. Изюмкин
_____ 2020 г.

Нормоконтролер,
_____ Л.А. Донцова
_____ 2020 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

| | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| ВВЕДЕНИЕ..... | 4 |
| ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ФЕНОМЕНА ОПТИМИЗМА-ПЕССИМИЗМА И УЧЕБНО- МОТИВАЦИОННОЙ СФЕРЫ В ПСИХОЛОГИИ | |
| 1.1. Основные подходы и направления исследования оптимизма и пессимизма в психологии..... | 10 |
| 1.2. Психологическая сущность оптимизма и пессимизма..... | 17 |
| 1.3. Понятие мотивации учебной деятельности. Основные характеристики и классификации мотивов учебной деятельности..... | 28 |
| 1.4. Влияние атрибутивного стиля оптимизма и пессимизма на учебно- мотивационную сферу..... | 31 |
| ГЛАВА 2. ПРОГРАММА ИССЛЕДОВАНИЯ ВЗАИМОСВЯЗИ АТРИБУТИВНОГО СТИЛЯ ОПТИМИЗМ-ПЕССИМИЗМ И МОТИВАЦИИ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ У СТУДЕНТОВ РАЗНЫХ КУРСОВ | |
| 2.1. Цель, задачи, предмет и объект исследования взаимосвязи атрибутивного стиля оптимизм-пессимизм и мотивации учебной деятельности у студентов разных курсов..... | 37 |
| 2.2. Методы исследования..... | 39 |
| 2.2.1. Тест жизненной ориентации (Life Orientation Test – LOT)..... | 39 |
| 2.2.2. Методика диагностики учебной мотивации студентов..... | 40 |
| 2.2.3. Методика стиля объяснения успехов и неудач СТОУН-В..... | 40 |
| 2.3. Методы математической обработки данных..... | 41 |
| ГЛАВА 3. АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ ВЗАИМОСВЯЗИ АТРИБУТИВНОГО СТИЛЯ ОПТИМИЗМ- ПЕССИМИЗМ И МОТИВАЦИИ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ | |
| 3.1. Сравнительный анализ выраженности диспозиционного оптимизма у студентов 1 и 3 курса | 43 |

| | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 3.2. Сравнительный анализ мотивации учебной деятельности студентов 1 и 3 курса..... | 46 |
| 3.3. Корреляционный анализ взаимосвязи параметров оптимизма и мотивов учебной деятельности..... | 48 |
| ВЫВОДЫ..... | 52 |
| ЗАКЛЮЧЕНИЕ..... | 56 |
| СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ И ИСТОЧНИКОВ..... | 58 |
| ПРИЛОЖЕНИЯ..... | 64 |
| ПРИЛОЖЕНИЕ А..... | 64 |
| ПРИЛОЖЕНИЕ Б..... | 66 |
| ПРИЛОЖЕНИЕ В..... | 67 |

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность темы работы. Самоактуализация и самореализация, счастье, возможность личностного роста и другие составляющие позитивной жизни человека, вызывают всё больший интерес для психологических исследований в наши дни. Зародился такой интерес ещё в XX веке, в гуманистическом направлении психологии. Как итог, ближе к началу следующего века, в американской практике появилось движение позитивной психологии, основоположником которого стал М. Селигман [32]. Исходя из того факта, что Селигман посвятил свою жизнь исследованиям феномена оптимизма и беспомощности, главной целью исследований в зародившемся направлении позитивной психологии стал оптимизм и связанные с ним компоненты. Такое ответвление получило, в дальнейшем, название – психологии оптимизма. За последние двадцать лет, оптимизм стал ключевой загадкой для американских и отечественных психологов, приобретая всё большую заинтересованность и популярность среди споров и мнений многих учёных. Не стоит отбрасывать тот факт, что оптимизму и позитивному мышлению в американской психологической школе, в наши дни, выделяется особое место, чего не скажешь об изучении оптимизма отечественных исследователей.

Так, например, С.Т. Посохова, рассматривая психологическое содержание оптимизма, акцентировала своё внимание на том, что диада «оптимизм-пессимизм» на сегодняшний день исследована недостаточно, в большинстве научных исследований данный феномен рассматривается только на уровне различий в восприятии событий у оптимистов и пессимистов. Также, автор упомянул о большой недостаточности и малой информативности исследований связи оптимизма со множеством других психологических явлений, в т.ч. и о взаимосвязи с мотивацией учебной деятельности [28].

Безусловно, участь образовательных учреждений, людьми движут большое количество различных мотивов. Исходя из этого, напрашивается

вопрос о сходстве-различии ведущих мотивов у учащихся, в зависимости от их оптимистического или пессимистического стиля объяснения событий. Предполагается существование или отсутствие некой зависимости между процессом мотивации и стилем оптимизма-пессимизма. Как таковых исследований связи учебно-мотивационной сферы с оптимизмом-пессимизмом крайне недостаточно в отечественной психологии, чтобы говорить о высокой степени проработанности рассматриваемой проблемы.

Нечёткость в структуризации оптимизма, сложность организации, и большая вариативность оптимистических и пессимистических проявлений в реальном времени, в различных ситуациях, а также малое количество исследований влияния оптимизма на психологические явления, в т.ч. на учебную мотивацию, устанавливают рамки значимости темы исследования. Для того, чтобы правильно соотносить психологические понятия в исследованиях, в частности учебную мотивацию с оптимизмом, необходимо понимание сути последнего как психологического феномена, его сущности. Также требуется произвести теоретический анализ понятия «учебная мотивация», её особенностей.

Таким образом, вышеперечисленные факторы обуславливают актуальность выпускной квалификационной работы.

Степень разработанности проблемы исследования. Понятия «оптимизм» и «пессимизм» привлекали внимание ученых во все времена. В научной литературе представлен ряд интересных исследований, посвященных различным аспектам оптимизма и пессимизма. С этой точки зрения весьма интересными в аксиологическом и социально-историческом плане являются работы ряда известных отечественных исследователей (Э.М. Андреева, И.С. Кон, А.Я. Гуревич, В.А. Дьякова, В.Н. Лавриненко, А.В. Полетаева, И.М. Савельева, Г.Л. Тульчинский, К.В. Хвостова и других).

Исследование на выявление взаимосвязи оптимизма-пессимизма с мотивацией достижения проводила отечественный психолог-педагог О.С. Виндекер. Она выдвигала предположение о том, что разные стили объяснения ситуаций могут являться предикторами для формирования мотивации к успеху и достижениям в деятельности [5].

В.Ю. Шевяховой, Т.О. Гордеевой, Е.Н. Осиным исследовались корреляции опросника СТОУН-II с внутренней и внешней учебной мотивацией в университете, у абитуриентов. У оптимистов была обнаружена прямая связь с внутренней мотивацией, и обратная – с амотивацией [8].

Далгатов М.М. предпринял попытку узнать, как атрибутивный стиль взаимодействует с мотивацией и успешностью деятельности педагогов. В результатах исследования, он подчеркнул, что между уровнем мотивации и успешностью профессиональной педагогической деятельности учителей-оптимистов и пессимистов существуют значимые различия [12].

Отталкиваясь от результатов вышеуказанных отечественных исследователей, можно говорить о том, что между процессом мотивации и оптимизмом имеются некоторые закономерности.

В своём большинстве, отечественные психологи рассматривают оптимизм, как индивидуальные проявления психики. В связи с этим социальная сущность данных феноменов исследуется ими фрагментарно. Основное внимание отечественных исследователей сосредотачивается на вызывающих те или иные психические состояния индивидуальных внутренних механизмах (почему один индивид более оптимистичен, чем другой). В этом плане наибольшую известность получили отечественные работы К.А. Абульхановой-Славской, А.Г. Ковалева, Е.И. Рогова, В.Е. Смирнова, Л.Д. Столяренко. За рубежом, наиболее знаменитыми являются работы З. Фрейда, К. Юнга, Г. Лебона и др.

Наибольшую популярность на Западе получила такая философско-психологическая теория, как основанный на выделении в качестве

основных движущих сил поведения индивида бессознательных компонентов психики (неосознанных побуждений, влечений, инстинктов) психоанализ З. Фрейда. В большом числе психологических теорий индивидуальные мотивационные процессы рассматривались лишь в качестве побудительных, основанных на присущих человеку инстинктах, противоречащих культурному и социально-историческому окружению, которое стремится ограничить человеческие стремления посредством правил и запретов.

Таким образом, проведенный анализ литературы показал, что проблема оптимизма и пессимизма является направлением исследования социальных наук, не получившим законченного выражения. Что же касается отечественных исследований связи атрибутивного стиля объяснения ситуаций с процессом мотивации, то можно отметить, что попытки определить степень влияния первого на второе предпринимались достаточно редко. В последние годы в зарубежной литературе появилось значительное количество работ, рассматривающих под разными углами зрения те или иные аспекты оптимизма и пессимизма, чего не скажешь об отечественных исследованиях. Мотивационный аспект деятельности, по сравнению с феноменом оптимизма, исследован гораздо лучше и многогранней. Наиболее известными исследователями процесса мотивации являются А.Н. Леонтьев, В.Г. Асеев, Л.И. Божович и другие. Они рассматривали понятие «мотив» с позиции неосознанности и сознательности.

В настоящее время для нашей страны характерно наличие противоречия между потребностью комплексного изучения оптимизма и пессимизма, их формированием и влиянием на социальную жизнь общества и отсутствием целостного научного исследования данной, имеющей важное теоретическое, и, особенно практическое значение, проблемы. Соответственно, наблюдается противоречие между актуальностью и значимостью исследований феномена оптимизма и 7

пессимизма и недостаточным развитием отечественных исследований в данном направлении.

Вышеперечисленные факторы обуславливают актуальность темы выпускной квалификационной работы.

Научная новизна продиктована подходом к постановке проблемы: феномен оптимизма изучается именно в связи с мотивацией учебной деятельности.

Целью работы является выявление взаимосвязи атрибутивных стилей оптимизма-пессимизма и учебной мотивации у студентов.

Объект исследования: оптимизм и пессимизм, учебная мотивация как психологический феномен.

Предмет исследования: особенности связей оптимистического и пессимистического атрибутивных стилей, и учебной мотивации студентов разных этапов обучения.

Для достижения поставленной цели были сформулированы и решены следующие **задачи исследования:**

1. Провести теоретический анализ проблемы оптимизма и пессимизма, его влияния на мотивацию учебной деятельности студентов.
2. На основе эмпирического исследования определить выраженность оптимистического и пессимистического атрибутивного стиля у студентов 1 и 3 курсов.
3. Выявить направленность учебных мотивов студентов-оптимистов и пессимистов 1 и 3 курсов.
4. Определить, если ли взаимосвязи атрибутивных стилей оптимизма-пессимизма с мотивами учебной деятельности студентов.

Теоретическую основу исследования составили работы отечественных и зарубежных психологов, в частности таких как: Т.О. Гордеева (оптимистическое мышление личности как составляющая личностного потенциала), М.С. Замышляева (оптимизм и пессимизм в совладающем поведении в юношеском возрасте), М. Селигман (понятие 8

«атрибутивный стиль», его основные параметры и особенности), Е.П. Ильин (оптимизм и пессимизм с позиции психологии надежды, учебная мотивация), Л.Е. Кесельман (понятие индивидуального оптимизма-пессимизма в современном российском обществе), Т.Л. Крюкова (оптимизм-пессимизм в совладающем поведении субъекта), К.С. Муздыбаев (социологическое исследование оптимизма-пессимизма), О.А. Сычев (психология оптимизма), З. Фрейд (оптимизм-пессимизм с позиции психоанализа), Э.Г. Эриксон (проявление оптимизма-пессимизма в детском возрасте, в социальных взаимодействиях) и других.

Методы исследования. В работе применялся такой метод исследования, как диагностическое тестирование. Комплекс диагностических методик был использован следующий:

– Тест жизненной ориентации (Life Orientation Test – LOT в адаптации Гордеевой – Сычёва – Осина) (приложение А)

– Методика диагностики учебной мотивации студентов (А.А. Реан и В.А. Якунин, модификация Н.Ц. Бадмаевой) (приложение Б).

– Опросник стиля объяснения успехов и неудач СТОУН-В (Т.О. Гордеева, Е.Н. Осин, В.Ю. Шевяхова) (приложение В).

Математические статистические методы. t-критерий Стьюдента, коэффициент ранговой корреляции Спирмена, включенные в пакет программы IBM SPSS Statistics.

Структура работы. Выпускная квалификационная работа состоит из введения, 3 глав, выводов, заключения, списка литературы (всего 51 наименование) и 3 приложений. В тексте работы имеются 3 таблицы и 5 рисунков. Общий объем работы 78 страниц.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ФЕНОМЕНА ОПТИМИЗМА-ПЕССИМИЗМА И УЧЕБНО- МОТИВАЦИОННОЙ СФЕРЫ В ПСИХОЛОГИИ

1.1. Основные подходы и направления исследования оптимизма и пессимизма в психологии

Личностные факторы, помогающие индивиду адаптироваться к современной стрессогенной политической, экономической, социальной реальности, проявляющиеся в конструктивной активности, гибком и реалистичном восприятии происходящего, обуславливающие стрессоустойчивость и самоактуализацию личности, ее мотивацию достижения и совладающее поведение могут быть описаны в категории оптимизма. Оптимизм (пессимизм) представляют собой важные психологические конструкты, тесно коррелирующие с соматическим, психическим и психологическим здоровьем личности. Ценность оптимистического миро(само)восприятия личности, сложно подвергнуть сомнению.

Лексически, существительное «оптимизм», вслед за С.И. Ожеговым, понимается, как «бодрое и жизнерадостное мироощущение, при котором человек во всем видит светлые стороны, верит в будущее, в успех, в то, что в мире господствует положительное начало, добро» [25].

Как таковых общих традиций исследования оптимизма в психологии, на протяжении всей истории научного познания, не имеется, исходя из научных выводов И.А. Джидарьян. В психологии, оптимизм не определялся как предмет для проведения специфических исследований; он не рассматривался как понятийный компонент в основных психологических школах, и; вокруг него не развивалась идея о том, что его стоит рассматривать, как одну из полноценных составляющих личности. Оптимизм был не более, чем философским понятием [12].

Каждый специально-научный подход предлагает специфический аспект анализа феноменологии оптимизма его конструирования и эмпирического исследования. Сами по себе и оптимизм, и пессимизм являются характеристиками, присущими как отдельному человеку, так и обществу в целом. Оба понятия могут проявлять в себе как конкретную форму мировосприятия, так и обобщенную идеологию, и так как эти категории являются универсально-оценочными, оптимизм и пессимизм имеют философскую подоплеку.

В философском аспекте «оптимизм» (лат. *optimus* – наилучший) трактуется как убеждение и вера в лучшее будущее, в победу доброго над злым, правильного над неправильным [35]. Оптимизм – это позитивное восприятие окружающего мира, что не свойственно пессимизму, доверие ко всему миру. Если говорить проще, то оптимист видит положительное во всём, что происходит вокруг него, верит в свой успех и дальнейшее благополучие в любом деле [13]. Подобное восприятие жизни отличается от пессимизма, в первую очередь, тем, что подразумевает веру в благоприятный исход и фокусирование внимания на лучших сторонах явлений и вещей [36].

Мотивы оптимистического отношения к жизни присутствуют в трудах Платона. В философских размышлениях позитивное восприятие человеком личных успехов имеет тесную связь с его представлениями о смысле и цели жизни, жизненном идеале, побудительных мотивах деятельности. Предметом размышлений Ж.-Ж. Руссо являлась природа оптимистического отношения к жизни. Ученый предполагает, что высшей целью существования человека является его счастье, указывая на необходимость оптимистического видения, проявление настойчивости и мужества для достижения счастья [17].

Впервые, понятие «оптимизм» как особый способ мышления описал и ввёл в научный оборот Г.В. Лейбниц в XVIII веке. Введённое Лейбницем понятие, положило начало в научном осознании оптимизма, как 11

определенного способа взаимодействия с окружающей средой. Введённый термин «оптимизм» использовался Г.В. Лейбницем в целях противопоставления таким понятиям, как агностицизм и скептицизм. Он говорил о том, что оптимизм является особым способом мышления, который нужно рассматривать в противовес агностикам и скептикам.

Термины «оптимизм» и «пессимизм» по своей содержательной, рациональной характеристике являются асимметричными понятиями. Например, понятие «пессимизм» Шопенгауэр исследовал со взгляда на эмоциональную составляющую: негативные чувства – грусть, личная неуверенность становятся серьёзными преградами на пути поиска и понимания ценностного смысла своего счастья. Лейбниц, в свою очередь, рассматривал оптимизм как победу доброго над злым и упоминал рациональное содержание. То есть, предполагалось, что имеет право на существование человек, с оптимизмом по Лейбницу, и пессимизмом, в понимании Шопенгауэра.

Впервые оптимизм-пессимизм исследовался психологом Дж. Сёлли, и носил не столь психологическую, а философскую основу. Исследователь произвёл анализ мировой литературы и, исходя из анализа, выделил в ней множество форм оптимистического и пессимистического отражения. Основной акцент в его исследовании придавался пессимизму, который он трактовал как особый склад ума, учение в философии и человеческий настрой.

Постепенно, результаты эмпирических исследований накапливались, и, уже на рубеже 60-70-х годов XX века, появились предположения о том, что тенденция оптимизма прослеживается в таких физиологических процессах, как память и мышление, а также в речевом обороте. Например, при письме, оптимисты пользуются словосочетаниями с положительным контекстом в разы чаще, чем негативными. То же касается и мыслительного процесса: позитивные ситуации всплывают в памяти чаще,

чем негативные. Уже в то время зарождались первые свидетельства оптимизма как составляющей личности человека.

По мнению Л. Тайгера, оптимизм – это присущая всем людям, в определённой степени, врождённая, передаваемая по наследству, составляющая человека. Такой вывод был сформирован, благодаря своим исследованиям позитивной формы проявления оптимизма и пессимизма [42].

Далее, оптимизм-пессимизм, с позиции индивидуальных различий, исследовал К. Петерсон. Он опирался на подходы многих знаменитых учёных-психологов, таких как К. Левин и его теория поля, Дж. Кёлли – с его теорией конструкторов личности и Дж. Роттера, который создал теорию «локуса контроля». В основу его учений легли труды перечисленных авторов. Теория Дж. Роттера, например, помогла исследованию личности в такой терминологии как «атрибуция» и «ожидания», а две другие теории задали рычаг пониманию поведенческих аспектов людей со стороны пессимистического и оптимистического ожидания.

В рамках настоящего времени, за рубежом имеют вес только два научно-признанных и обоснованных направления исследования феномена оптимизма: оптимизм как атрибутивный стиль (М. Селигман и К. Петерсон), и исследовательский подход диспозиционного оптимизма (М. Шейер и Ч. Карвер). Каждое из этих двух направлений являются взаимодополняющими в позитивной психологии, так как по общим теоретическим положениям практически отсутствуют значимые различия. В зарубежной психологии оба этих направления приобрели большую известность и широкое распространение в литературе по позитивной психологии.

М. Селигман в своих исследованиях пытается выявить причины оптимизма и пессимизма как, соответственно, позитивных или негативных ожиданий человека. По его мнению, оптимизм основывается на приобретенной человеком в раннем детстве привычке мыслить, которая 13

обуславливает формирование определенного стиля объяснения причин различных событий. Селигман считает, что то, как человек воспринимает свои успехи и неудачи в прошлом, влияет на ход его ожиданий от будущих событий. Исходя из такого предположения, можно сделать вывод о том, что и оптимизм, и пессимизм обладают либо устойчивостью атрибутивных стилей, либо их гибкостью. Стиль объяснения (атрибутивный стиль), в определении М. Селигмана, это познавательная составляющая личности, которая объясняет причины какого-либо события, в котором пребывал субъект [32].

В нашей стране оптимизм исследовался, в основном, в социологическом контексте, и в психологии рассматривался редко. Сам термин личностный оптимизм или пессимизм нашёл своё применение на практике в рамках 20-х–30-х годов XX века, в отечественных трудах по социологии. Уже позже, ближе к 60-м годам, данный термин обрёл широкий спектр применения в возрождавшейся экспериментальной социологии.

Анализируя и обобщая научные труды, оптимизм есть устойчивая личностная планка убежденности человека в решении сложностей жизни, которая вытекает из веры человека в успех и его собственные силы. Исходя из положительного отношения к мировосприятию, оптимизм занимает устойчивую позицию в жизни субъекта и адаптирует поведение человека в определенной жизненной ситуации, т.е. включает нужную модель поведения в тот или иной момент времени. Оптимизм отвечает за иммунитет в ситуациях стресса, а также поддерживает психологическое здоровье человека.

Советские социологи зачастую, при сборе данных и проведении исследования социального оптимизма граждан, должны были проводить поиск индивидуальных проявлений исследуемого феномена. Трудности в исследовании появлялись ещё на стадии составления программы эксперимента, так как в советские времена существовала установка 14

замалчивания многих результатов, полученных в итогах исследований. Некоторые данные вынужденно игнорировались исследователями и не публиковались. Показатели, связанные с удовлетворенным состоянием нынешней ситуации (рабочее место, семейное благосостояние, досуг), имели наибольший вес в исследовании оптимизма, а факторы отношения к будущему и перспективные видения, как таковые игнорировались и не исследовались вовсе. В рамках эмпирических исследований оптимизма в социологии, фактор отношения к ожиданию перспектив в будущем, применяется очень редко [22].

Большинство отечественных исследований оптимизма ориентируются на труды, теории и подходы зарубежных психологов. Как пример, группа специалистов МГУ имени М.В. Ломоносова под руководством Д.А. Леонтьева и Т.О. Гордеевой исследуют оптимистическое мышление как один из параметров личностного потенциала. При этом ученые, в основном, опираются в своих исследованиях на подход М. Селигмана [9]. Т.Л. Крюкова и М.С. Замышляева рассматривают различные теории и подходы зарубежных психологов, изучающих оптимизм и пессимизм в качестве «структурных когнитивных личностных диспозиций, включающих позитивный/негативный объяснительный стиль (как оценка и способ объяснения причин уже произошедших позитивных и негативных событий), надежду/безнадежность (как позитивные/негативные ожидания в конкретной ситуации в будущем, подразумевающих готовность к поведенческому акту для достижения желаемого блага) и самоэффективность (как веру в эффективность собственных действий)» [18].

Отечественный психолог К. Муздыбаев рассматривает феномен оптимизма и пессимизма со стороны двух наук: психологии и социологии. Взяв за основу исследования оптимизма и пессимизма Ч. Шейера и М.Карвера, он предполагает, что данный феномен нужно рассматривать с

позиции личностных социальных установок, которые, в свою очередь, и будут являться отражением хороших или плохих ожиданий человека, касательно ситуаций будущего. Также К. Муздыбаев делает акцент на разный эмоциональный тон настроений, а параметр характера ожиданий не выступает одним и универсальным для оптимистов и пессимистов. Эмоции у людей с оптимистическим и пессимистическим стилем, как подчёркивает психолог, имеют характер избирательности восприятия окружающей действительности: «пессимист исключает из своего миропонимания все, что может его радовать» [23].

Анализ различных исследований оптимизма-пессимизма с социологической и психологической точек зрения (Т.О. Гордеева, М.С. Замышляева, К. Муздыбаев, Л.М. Рудина и др.) позволяет констатировать, что проблеме оптимизма в отечественной психологии уделяется существенно меньше акцента, по сравнению с зарубежной литературой. При этом работы отечественных исследователей, как правило, основываются на теориях и научных подходах, сложившихся в зарубежной психологии. На территории РФ, подход М. Селигмана и его исследования стилей атрибуции имеют огромный вес в отечественной психологии, и его подход является очень популярным и используемым учёными. Что же касается трудов Ч. Шейера и М. Карвера, то их диспозиционный оптимизм изучен уже достаточно серьёзно в трудах отечественных психологов, и интерес к новым аспектам данной теории обнаружить уже трудно.

Несмотря на различные истоки оптимизма, оптимизм является относительно постоянным и стабильным личностным конструктом. В ходе развития науки, познания об оптимизме и пессимизме и особенностях их проявлений расширялись и дополнялись. В отечественной практике, психологи в большинстве своём ориентируются на зарубежные устоявшиеся теории оптимизма. Оптимизм, к сожалению, в России, на данный момент изучен слабо и, индивидуальных психологических 16

направлений и теорий, как таковых, очень мало. Самым ярким и популярным примером является методика СТОУН, Т.О. Гордеевой. Многие исследования российских и советских учёных-психологов отталкиваются от, уже исследованных и устоявшихся за рубежом, подходов М. Селигмана и Ч. Шейера – М. Карвера. Что же касается зарубежных исследований, то там оптимизму выделяется особая роль и внимание к аспектам его исследования.

1.2. Психологическая сущность оптимизма и пессимизма

Диспозиционный оптимизм является наиболее известным направлением психологии оптимизма. Ч. Карвер и М. Шейер внесли наибольший вклад в его исследование, и являются основоположниками данного направления. Центральным звеном, выдвинутым основателями данного подхода, описывается модель Аткинсона. Суть этой модели, которую Аткинсон называет как модель или теория «Ожидаемой ценности» заключается в том, что она отталкивается от некой цели, вокруг которой выстраивается поведение человека. Поведение, в свою очередь, направлено на достижение этой самой цели. Целью могут являться состояния, действия, которые человек разделяет на анти-цель и собственно, цель. Под анти-целью подразумевается такая цель, в основе которой лежит нежелательное действие. Если действие подкреплено положительно – это, собственно, и будет целью. Со стороны мотивов человека, цели имеют для него разный уровень значимости, и обладают неодинаковой ценностью.

Ещё один важный момент данной теории заключается в том, что человек обладает, касательно, достижению целей, ожиданием, которое в свою очередь, выражается чувством сомнения или уверенности. Это значит, что, если человек совсем не уверен в том, справится ли он с поставленной целью – он не станет вкладывать в эту цель свой потенциал усилий. Чувство неуверенности или сомнения в таком случае выступает 17

как преграда на пути к первому шагу поставленной цели, или же, может тормозить сам процесс её выполнения. При условии высокого уровня уверенности в себе и своих силах, человек не останавливается на полпути к поставленной задаче, и предпринимает новую попытку, даже несмотря на неудачи и препятствия. Уверенность является основным фактором успеха. Если у человека есть внутреннее подкрепление, в виде уверенности в успешности конечной деятельности, то он не отступает от заданной цели, даже если столкнётся с большими препятствиями на пути.

Поставленная цель может варьироваться от частных ситуаций до глобальных (от конкретной ситуации до целой жизненной цели). Исходя из этого, предполагаемые ожидания также имеют различный уровень обобщений (от малых, несущественных до глобальных). Человек может быть не уверен или испытывать уверенность в своих навыках строить общение с людьми, в умении планировать свой карьерный рост, в способности одержать верх над противником в игре в шахматы и т.д. Такие разноплановые ожидания и регулируют поведение человека. В частных ситуациях, общие ожидания являются наиболее значимыми в жизненных ориентирах человека. К этому случаю можно отнести такие ситуации, в которых присутствуют множество, влияющих на успех, факторов. Такие факторы, как правило, встречаются человеку впервые и потому не подкреплены опытом из прошлого, это, своего рода, новые ситуации, с которыми человек ранее не сталкивался. В этих ситуациях человек не в силах контролировать и учитывать все факторы. При столкновении человека с такой ситуацией, в нём начинают доминировать глобальные ожидания, которые выражают уверенность или неуверенность как генерализованное чувство. В данном случае их, (ожидания), можно рассматривать как оптимизм и пессимизм. Данный теоретически-рассматриваемый подход обобщает понятие ожидания, проявляющееся в полной готовности реагировать на сложившуюся ситуацию так или иначе, и вводит термин «диспозиционного оптимизма».

Под оптимизмом и пессимизмом зарубежные исследователи Ч. Карвер и М. Шейер, понимают проявление глобального, неоднозначного чувства уверенности либо неуверенности проявляющихся в разного рода ситуациях, которое, в свою очередь, подкреплено негативными или хорошими ожиданиями. Эти ожидания могут быть привязаны к любой сфере жизнедеятельности человека. Людям с оптимистическим стилем, присущ высокий уровень настойчивости и уверенности, и поэтому, встречая на пути трудности они, достаточно просто, преодолевают их, чего не скажешь про людей с пессимистическим стилем, которые испытывают сомнения в своих способностях при столкновении с той же преградой. Для пессимистов неудача является основополагающим фактором. Они заранее подстраиваются под неудачные стечения обстоятельств и испытывают неуверенность в своих силах. Люди с оптимистическим стилем атрибуции убеждены в том, что преграду можно пройти многими различными средствами. Оптимисты обладают тем уровнем уверенности, который в большинстве случаев непостижим для пессимистов. Такая разница отношений к преодолению жизненных трудностей показывает, как люди совладают со стрессовыми ситуациями.

С оптимистическим стилем атрибуции можно назвать тех людей, которые рассчитывают на позитивный аспект, на положительные ожидания будущего. Пессимисты же, в большей степени, ориентированы на отрицательные ожидания. Как показывают результаты исследований Ч. Карвера и М. Шейера – между оптимистическим-пессимистическим стилем и индивидуальными особенностями личности существуют множество связей. Например, стили совладания со стрессом, широта социальных связей, субъективное благополучие, соматика и психосоматика и т.д. При тяжёлых соматических болезнях эти взаимосвязи вполне способны проявиться [12].

Исходя из данных многих исследователей, которые упоминают разностороннюю природу свойств оптимистического и пессимистического

стиля атрибуции и их связей со многими психологическими свойствами можно говорить о том, что оптимизм и пессимизм имеют относительно-независимый характер. Исследователи, в большей своей степени, исходя из имеющихся фактов, подтверждают положение о том, что оптимизм и пессимизм можно отнести к относительно-независимым понятиям.

Так как убеждения учёных-психологов о независимом факторе оптимизма-пессимизма остаются неоспоримо верными и общепринятыми во многих учёных кругах, были предприняты попытки разработки блока диагностических методик, направленных на измерение оптимистического и пессимистического стилей как независящих друг от друга компонентов. Наглядный пример разработанной диагностической методики – ELOT двухмерный опросник, автором которой является Э. Чанг (1997 г.) [11]. Со стороны такого подхода, под вопросом всё же остаётся теоретическое доказательство того, что оптимизм и пессимизм являются независимыми конструктами. В связи с этим, некоторые ученые убеждены в правомерности теории об однофакторной природе оптимизма [51].

М. Шейер и Ч. Карвер, сопоставляя своё исследование оптимизма с теоретическим обоснованием атрибутивного стиля М. Селигмана, подчёркивают, что между двумя рассматриваемыми подходами существуют пересекающиеся теоретические моменты. М. Селигман отталкивался от идеи того, что точка зрения человека на будущие события зависит от событий и причин, происходивших в прошлом. Общим моментом между двумя теориями здесь будет взаимозависимость поведения от ожиданий человека. Обе теории рассматривают позитивный итог, как проявление оптимизма, а ожидание негативного – как проявления пессимизма. Отличительной чертой между подходами являются применение различающихся переменных и параметров в измерении феномена оптимизма-пессимизма. Например, М. Селигман в своём подходе использует понятие атрибуции, которые проявляются перед ожиданиями. Данное понятие «атрибуция» является центральным в 20

теории, и автор, в последствии, оценивает через данную переменную оптимизм. Что же касается теории диспозиционного оптимизма Ч. Карвера и М. Шейера, то они используют ожидания в качестве оценочного основания оптимизма.

Согласно М. Селигману, оптимисты склонны оценивать благоприятный исход как происходящий благодаря их личным усилиям, постоянный и универсальный, тогда как неблагоприятный исход – как происходящий по вине обстоятельств или других людей, как временный и конкретный. И наоборот, пессимисты обычно самые благоприятные для себя события могут интерпретировать как недолговременные, конкретные и происходящие благодаря внешним обстоятельствам, а неблагоприятные – как происходящие по их собственной вине практически во всех сферах жизнедеятельности, то есть как временные, локальные и экстернальные [32].

М. Селигман, в своём подходе, отличительной характеристикой людей с оптимистическим стилем атрибуции от людей с пессимистическим стилем выделил широту, постоянство и персонализацию (три основных конструкта стиля атрибуции). Каждый из перечисленных конструктов наглядно выражает атрибутивные особенности или объяснения причин негативных или позитивных ситуаций, происходящих в жизни.

Под широтой атрибуции понимается универсальное объяснение причин или, другими словами, уровень охвата разных жизненных сфер деятельности человека различными конструктами причин. Высоким уровнем выраженности данного параметра считается обнаружение общих и глобальных причинных схем человека, непосредственно влияющих на события во всех сферах его жизнедеятельности.

Вторым важным параметром атрибуции по М. Селигману является постоянство. Оно характеризуется автором как временная характеристика причин позитивных и негативных событий в ходе описания представлений о константности этих событий.

Подверженность людей к поиску причин тех событий, которые с ними происходят в самих себе или во внешнем мире, является персонализацией – третьим параметром атрибуции по М. Селигману.

Таким образом, при взаимодополнении параметров, описанных выше, атрибутивный стиль является основополагающим формированием в людях ожиданий негативного или позитивного характера. Например, человек будет склонен видеть причины личных неудач на постоянной основе, что они связаны непосредственно с ним самим, а также, что они, (неудачи), сильно сказываются на различные сферы его жизнедеятельности, при условии, если данному человеку свойственны высокий уровень постоянства, широты и персонализации негативных обстоятельств. Для людей с пессимистическим атрибутивным стилем – любая причина хорошего события воспринимается как нечто спонтанное, временное и независимое от их личностных качеств, причина исходит как бы извне, и не воспринимается, как собственное достижение. Как итог, любые события, происходящие в будущем, у человека с таким стилем атрибуции, будут им трактоваться негативно, независимо от ситуации и сферы его жизнедеятельности. Что же касается людей с оптимистическим стилем атрибуции, то для них соответствует формирование позитивных ожиданий.

Касательно подхода М. Селигмана, параметр локуса контроля, или персонализации был подвергнут критике отечественным психологом Т.О. Гордеевой. По её мнению, введение такого параметра не считается корректным, так как любые объяснения отрицательных событий можно рассматривать как с оптимистической, так и пессимистической стороны – и внутренние, и внешние [7]. Исследователем подчёркивается важность контроля субъектом причин, а не то, где они располагаются. Это примечание вошло в отечественные методики диагностики оптимизма, которые разрабатывались на базе руководства Т.О. Гордеевой.

Концепция исследования оптимизма и пессимизма как стиля атрибуции только вносит свои дополнительные составляющие в подход и Ч. Карвера и М. Шейера «диспозиционного оптимизма». С позиции диспозиционного оптимизма, центральную позицию исследователи присваивают ожиданиям (позитивным и негативным). Что же касается подхода оптимизма-пессимизма как атрибутивного стиля, автор обращает своё внимание именно на причину ожиданий, которую, в свою очередь, можно найти в особенностях стиля атрибуции.

Специфичная познавательная стратегия, которая основывается на совокупности нереалистично низкого уровня ожиданий, в психологии называется защитным пессимизмом. Такая стратегия применяется, даже при отсутствии отрицательного опыта достижений в прошлом. Такому человеку свойственно тревожиться за свои реальные возможности контроля возникших ситуаций перед ним. Он акцентирует своё внимание на факт возможного отрицательного итога, и, вытекающих из него, сложившихся проблемных ситуациях, даже если такой исход маловероятен. Данная стратегия выступает как антагонист стратегическому оптимизму, суть которого заключается в ориентировании на высокие ожидания и построение положительных иллюзий, не беря во внимание фактор реалистичности ситуации [19].

Согласно исследованиям J. Norem и C. Chang, они подчёркивают, что уровень достижений примерно одинаков для людей со стратегией защитного пессимизма, что для оптимистического, что для пессимистического стиля. При условии вынужденного принятия другой, непривычной стратегии – у оптимистов и пессимистов снижается эффективность работоспособности, значительно повышается уровень тревоги и стресса [44].

Исходя из исследований вышеупомянутых авторов, сделав акцент на субъективное переживание оптимистов и пессимистов, можно говорить о, присущих оптимистам, наиболее хорошем настроении и большим уровнем

согласия с полученными итогами работы. Будет совершенно некорректно говорить про постоянную нуждаемость в поддержке людей-пессимистов, и о том, что такие люди, по сравнению с оптимистами более несчастны. Путём воодушевления людей со стратегией защитного пессимизма, в некоторых случаях возникает рост такого показателя, как удовлетворённость достижениями. Защитный пессимизм в таком случае выполняет роль компенсатора и помогает справиться со стрессовой ситуацией и повышенной тревогой. Эта стратегия помогает перебороть отрицательное влияние на поведение и рабочую деятельность человека с повышенной тревожностью.

Таким образом, защитный пессимизм имеет свои положительные и отрицательные стороны. Наибольшую эффективность и результативность данная стратегия проявляет в процессе подавления тревожных состояний. Несмотря на такую важную функцию, эта стратегия имеет свой ряд минусов. Свидетельствования исследований многих клиницистов говорят о том, что человек со стратегией защитного пессимизма склонен к большему в несколько раз, чем оптимисты, ожиданию симптоматики беспокойства, неудовлетворённости жизнью, депрессии, бессонницы и т.д. Но, в то же время, такой уровень ожиданий несколько ниже, чем у диспозиционных пессимистов. Стратегия защитного пессимизма обратно пропорционально влияет на самооценку и самоэффективность, но имеет прямое взаимодействие с экстернальностью [45].

Обобщая аспекты защитного оптимизма, данный феномен можно охарактеризовать как весьма сильную психологическую защиту от стрессовых ситуаций, в частности, тревожных переживаний. Именно из-за цели, против которой настроена стратегия защитного пессимизма, следствием, вытекает сильная эмоционально-отрицательная «встряска» организма. Стратегия старается защитить человека от этих переживаний, и, совсем не пытается ему навредить. Это подтверждают более низкие

значения выраженности негативного эмоционального фона, в сравнении с диспозиционными пессимистами по тому же показателю.

Люди с защитным пессимизмом, хоть и не способны полностью преодолеть порог негативных переживаний и достичь уровня удовлетворённости оптимистов – имеют свои достоинства перед ними. Они обладают более высоким уровнем реализма, следствием чего является более адекватная оценка своих предстоящих неудач и возможностей. Такие люди менее склонны подвергать себя спонтанному риску, они спокойнее переживают отрицательные чувства в проигрышных ситуациях, и реже оптимистов встречаются с ситуацией неудачи. В таких условиях, им намного проще душевно преодолевать возникающие проблемы.

Даже при условии недостаточной научной осведомлённости феномена защитного пессимизма о природе его возникновения и основных функциях, нельзя говорить о том, что такая стратегия только в ущерб человеку. За неимением достаточного количества выборки, и результатов исследований феномена защитного пессимизма, достаточно поверхностные и категоричные выводы из традиционных трудов по диспозиционному оптимизму и позитивному мышлению, которые указывают на их превосходство, не могут быть в окончательной мере признаны таковыми. Наука всё ещё развивается, вместе с ней открываются ранее не познанные положительные стороны пессимизма и говорить о закрытии вопроса о заведомо проигрышной ситуации перед оптимистами ещё рано. Учёные, доказывая полезные свойства пессимизма, вносят ясность практическим психологам, развивая идею о том, что нельзя, не беря во внимание индивидуальность человека, оказать всем людям терапевтическую помощь, основываясь лишь на позитивном мышлении.

Обобщая вышесказанное, можно сказать, что учеными было выявлено различие в описании оптимистами и пессимистами плохих и хороших событий в своей жизни. Помимо этого, были выявлены основные источники формирования оптимистического атрибутивного стиля, в число

которых входят: роль родителей, выступающих моделями атрибутивного стиля, влияние критики со стороны значимых взрослых (родителей и учителей), а также роль кризисов и неблагоприятных событий в жизни ребенка [13].

На определенном этапе своей жизни и оптимист, и пессимист могут попасть в ситуацию неуспеха. И при более резком и смелом решении попытаться разобраться с проблемой, фактор риска становится выше и провал более вероятен. В частности, одним из факторов, который может приводить к неудаче, является необоснованный оптимизм в принятии решений. Люди порой переоценивают свои возможности в достижении цели. Иначе говоря, при увеличении мотивации к смелым, рискованным действиям, субъектом при этом блокируется рациональная оценка объективных условий и собственных возможностей и объективных. При этом под оценкой условий понимается не только анализ текущей ситуации в настоящем, но также и предвидение возможных ситуаций в будущем [9].

Ученые отмечают, что реакции людей на неудачу отличаются большим, по сравнению с реакциями на неудачу, разнообразием. Эти реакции могут быть эмоциональными и рациональными, деструктивными и конструктивными, нормальными и патологическими. Так, конструктивная реакция на неудачу предусматривает, что неудача усиливает мотивацию, а не снижает ее. Поэтому при конструктивной реакции на неудачу человек, осознавший собственные недостатки, не прекращает деятельность, а, наоборот, увеличивает расходы времени и энергии на достижение цели. Однако у определенной категории людей (с деструктивной реакцией на неудачу) может снижаться самооценка, формироваться комплекс неполноценности и беспомощность. При этом направленность деструктивной реакции может быть обращена на других людей или на самого себя. Для не принимающего себя субъекта характерно наличие определенных трудностей в установлении неформальных отношений с окружающими, в частности могут наблюдаться агрессивные

проявления в отношении тех людей, кому, по сравнению с ним, повезло больше [23].

Следовательно, суть оптимизма заключается в особом стиле объяснения причин успехов или неудач. Оптимизм – это способность воспринимать в позитивном ключе большинство жизненных ситуаций, испытывать от этого чувство психологического благополучия и стабильности (любовь, самоуважение, вера в завтрашний день) и быть уверенным в успешности своих движущих целей и деловой сферы деятельности (учёба в университете, карьера). В частности, оптимист – это способность правильно объяснять и переживать негативные ситуации, ссылаясь на контроль, временность и конкретность возникшей ситуации. Некоторые люди, даже оказавшись в условиях неблагоприятной внешней среды, отличаются высокой устойчивостью к переходу в беспомощное состояние, инициативностью и активностью в достижении хорошего результата. Качество, обеспечивающее способность превращать свои ошибки в положительный стимул, также связано напрямую с оптимизмом.

Неудачи, переживаемые пессимистом, настолько сильно для него окрашены, что он обобщает их во времени и пространстве. При этом ответственность за них он также приписывает себе, чувствуя при этом себя сильно виноватым.

Таким образом, оптимист – человек с положительным мировосприятием, принимающий и любящий жизнь такой, какая она есть, верящий в то, что у него может получиться многое из задуманного, умеющий этого терпеливо добиваться, а главное – умеющий принимать неудачи, делать выводы, достаточно быстро восстанавливаться после потерь, подниматься и идти дальше.

1.3. Понятие мотивации учебной деятельности. Основные характеристики и классификации мотивов учебной деятельности

Для того, чтобы разобраться в понятии мотивации учебной деятельности, целесообразно детально рассмотреть структуру мотивации.

Человек устроен так, что все его потребности обладают условным, подвижным и виртуальным характером. Вектор изменения направленности потребностей из внутреннего мира человека во внешний – есть переход к деятельностной составляющей. Центральным звеном абсолютно любой деятельности является мотив. Под мотивом подразумевается осознаваемое либо неосознанное побуждение к выполнению некоего поведенческого акта. Мотивы имеют динамический характер, и, соответственно, при выполнении поведенческого акта, могут принимать другую форму, т.е. изменяться. Итоговый результат, во множестве случаев, может протекать именно по измененному процессу мотивации. Главная функция мотива заключается в том, чтобы подтолкнуть человека к деятельности, но, стоит учитывать, что удовлетворённости мотива может поспособствовать не любая деятельность.

Мотивация на понятийном уровне является достаточно широким термином, по сравнению с мотивом. Существует целых два определения (психических явлений), которыми обозначается мотивация. Под первым подразумевается сочетание побуждений, которые влияют на активность человека, т.е. мотивация – это некая система факторов, определяющая поведение индивида. Вторая трактовка рассматривает мотивацию как психофизиологический процесс образования мотивов, их формирования. Другими словами, мотивация – это то, что подаёт стимул, то, что обеспечивает поддержку на нужном уровне поведенческого акта.

А. Н. Леонтьев, изучая мотивы учебной деятельности, подчёркивал, что на протяжении учебного процесса тип мотивации ученика претерпевает изменения. Он описывает множество факторов, способствующих изменению учебно-мотивационной структуры: новые установки 28

(стремление обойти преграду), смена приоритетов, долговременное протекание удачных или неудачных моментов в процессе учения и т.д.

Ряд отечественных и зарубежных психологов и педагогов придают огромное значение изучению и формированию именно внутренней мотивации (стремление к накоплению опыта, мастерства, умений, знаний). Познавательный интерес – это сильный внутренний мотив и как мотив учения носит бескорыстный характер. Для формирования познавательного интереса немалое значение имеет характер учебной деятельности.

Учебная деятельность является полимотивированной, так как активность обучаемого имеет разные источники. М. В. Матюхина выделяет три вида мотивов в зависимости от источников учебной мотивации [10]: внутренние – познавательные и социальные потребности (стремление к социально одобряемым действиям и достижениям); внешние – определяются условиями жизнедеятельности учащегося, к которой относятся требования, ожидания и возможности (требования связаны с необходимостью соблюдения социальных норм поведения, общения и деятельности; ожидания характеризуют отношение общества к учению как к норме поведения, которая принимается человеком и позволяет преодолевать трудности, связанные с осуществлением учебной деятельности; возможности – это объективные условия, которые необходимы для развертывания учебной деятельности); личные – интересы, потребности, установки, эталоны и стереотипы, а также другие источники, которые обуславливают стремление к самосовершенствованию, самоутверждению и самореализации в учебной и других видах деятельности.

Взаимодействие внутренних, внешних и личных источников учебной мотивации оказывает влияние на характер учебной деятельности и ее результаты. Отсутствие одного из источников приводит к изменению системы учебных мотивов или их деформации.

Позднее, В.А. Гордашников и Е.Н. Осин классифицировали мотивы 29

учебной деятельности. Всего было выделено 7 категорий мотивов: коммуникативные (их суть заключается в непосредственной потребности человека в общении), мотивы избегания неудач (строятся на осознании гипотетических неприятностей, которые могут быть следствием своевременного невыполнения какой-либо деятельности), мотивы престижа (человеком движет стремление к высокому уровню социального статуса, удержание этого статуса), профессиональные мотивы (ориентированы на получение знаний и умений, предъявляемых, интересующей человека, профессией), мотивы творческой самореализации (стремление к раскрытию, развитию и реализации своего творческого потенциала, творческий подход к целям и задачам), учебно-познавательные мотивы (строятся, непосредственно, на содержании учебного процесса, на выполнении учебных задач; студент стремится узнавать новое, к овладению различных навыков; строятся на глубине влечения к познанию; показывает степень самообразовательной направленности студентов) и социальные мотивы (они завязаны на социальном взаимодействии студента с окружающими; желание занять некоторую позицию в социуме, получение авторитета среди окружающих, их одобрения).

Подробное описание мотивов учебной деятельности необходимо для проведения дальнейшего исследования, так как в методике на диагностику учебных мотивов А.А. Реана и В.А. Якунина, лежащая в основе исследования, используется классификация мотивов, описанная выше.

В наше время, мотивация до сих пор является одним из самых сложно-исследуемых процессов в психологии. А.Н. Леонтьев говорил о том, что мотивация – самое загадочное явление, способное оставить в недоумении любого исследователя-новичка. Исследования мотивации учебной деятельности и её взаимосвязи с другими процессами и явлениями психики человека, остаются актуальными по сей день. Интерес к тому, что и как именно побуждает человека совершать те или иные поступки,

учиться хорошо или плохо имеет высокую актуальность в наши дни. Исследование мотивации и её аспектов протекания помогают решать вопросы о повышении результативности обучения в образовательных учреждениях, об индивидуальном подходе к каждому студенту, о повышении компетентности преподавательского состава и др.

1.4. Влияние атрибутивного стиля оптимизма и пессимизма на учебно-мотивационную сферу

Мотивация учения является многомерным психологическим образованием. Анализ мотивации учения и уровня ее сформированности позволяет дать более широкую трактовку мотивационной сферы обучения. В отечественной психологии основным методологическим принципом, определяющим исследование мотивационной сферы, является положение о единстве динамической и содержательно-смысловой сторон мотивации.

Мотивационная сфера, пишет Л. И. Божович, является тем стержнем личности, к которому притягиваются такие ее свойства, как направленность, личностные ориентации, установки, социальные ожидания, притязания и иные социально-психологические характеристики. Исследователь считает, что побуждает мотивацию учебной деятельности иерархия мотивов, доминирующую роль в которой играют связанные с содержанием и выполнением этой деятельности внутренние мотивы или же связанные с потребностью ребенка занять определенную позицию в системе общественных отношений широкие социальные мотивы.

При этом ученые указывают на развитие с возрастом соотношения взаимодействующих мотивов и потребностей, изменение ведущих доминирующих потребностей, а также иерархической структуры. С новой социальной ролью – ролью студента, в этой иерархии мотивов по содержанию первое место занимают мотивы, связанные с жизненным планом, намерениями в будущем, мировоззрением и самоопределением. Мотивы связаны поставленной целью и сознательным принятием намерения [3].

Согласно А. К. Марковой, мотивационная сфера включает потребность в учении, смысл учения, мотив учения, цель, эмоции, отношение и интерес к учению [22]. По мнению Л. С. Выготского, «мотивационная сфера» включает аффективную и волевую сферы личности, переживания и удовлетворение потребностей. Важность решения проблемы мотивации учебной деятельности, ее сформированности определяется тем, что мотивация учения является существенно необходимой для эффективного осуществления учебного процесса. Ведь безразличное отношение к учению, отсутствие мотивации является причиной низкой успеваемости учащегося.

В рамках настоящей работы сформированность мотивации учебной деятельности понимается как развитость всех компонентов и признаков мотивационной сферы (мотив учения, смысл учения, постановка целей, эмоции, интерес, стремление к цели, стремление к достижению результата, осмысленность, содержательность, систематичность и т. д.). Иначе говоря, сформированность мотивации учебной деятельности студентов – это их умение ставить перспективные цели, предвидеть результаты своей учебной деятельности, преодолевать трудности на пути достижения цели.

В исследованиях М. Селигмана детально рассматривается проблема влияния оптимизма и пессимизма на успешность профессиональной и учебной деятельности.

В проведенном в 1985-90 гг. аспиранткой М. Селигмана С. Нолен-Хексма лонгитюдном исследовании «Принстон-Пен» были получены интересные данные, касающиеся зависимости успешности учебной деятельности от оптимизма и пессимизма. Так, исследователь обратила внимание на частое сочетание неуспеваемости с депрессией. На основе этого наблюдения было выдвинуто предположение о том, что неблагоприятные события и пессимистичный стиль выступают двумя основными с точки зрения риска возникновения депрессии факторами.

Проведенное исследование подтвердило, что депрессия у детей часто

сочетается с пессимистическим стилем объяснения. Вместе с тем результаты исследования показали, что определяющую роль в возникновении у ребенка депрессии, как правило, играет отсутствие или наличие неблагоприятных событий в его жизни. Особенно важны такие события, как скандалы или развод родителей. При этом результатом возникновения депрессии у ребенка с пессимистичным стилем объяснения, чаще всего, является снижение школьной успеваемости.

Проведенные в Пенсильванском университете исследования М. Селигмана свидетельствуют о значимости для успешности учебной деятельности студентов такого фактора, как оптимистический стиль объяснения. Исследователь определил, что если в предсказывающих будущую успеваемость абитуриентов регрессионных уравнениях, помимо традиционных факторов (школьные оценки и оценки по SAT), также учитывается, измеренный с помощью ASQ уровень оптимизма, то прогнозы отличаются гораздо большей точностью. Возможность использования оценок по тесту оптимизма для отбора и прогноза успеваемости была подтверждена результатами проведенного М. Селигманом исследования в военном колледже в Вест-Пойнт. Исследователь указывает на то, что при подготовке спортсмена оптимистический стиль объяснения является достаточно значимым фактором успеха. [31]

Л. Бэррет и К. Петерсон в своих исследованиях показали, что, по учебным достижениям, студенты с оптимистическим атрибутивным стилем преобладают над пессимистами даже при условии контроля исходного уровня способностей (по SAT) и депрессии (по BDI) [46]. Исследователи связывают это с тем, что оптимистические студенты отличаются большей настойчивостью, мотивированностью, устойчивостью к неудачам и нацеленностью на успех.

Вместе с тем, более поздние исследования свидетельствуют о гораздо большей сложности влияния оптимизма на успешность учебной

деятельности студентов, а также о его зависимости от направления и специальности. Так, результаты проведенного М. Селигманом, Дж. Монаханом и М. Саттерфилд исследования свидетельствуют о том, что более успевающие студенты юридического направления, отличаются пессимистическим атрибутивным стилем [47].

На основе своих исследований ученые указывают на один важный аспект теории выученной беспомощности и оптимизма М. Селигмана, который часто ускользает от внимания многих исследователей. В частности, основное внимание в данной теории уделяется стилю объяснения неподдающихся контролю событий. Если пессимисты сталкиваются с событиями, на которые не могут оказать влияние, то они более уязвимы, по сравнению с оптимистами. Вместе с тем, в случае возникновения поддающихся контролю со стороны человека событий, со стороны пессимистов может наблюдаться гораздо большая эффективность в решении проблем и преодолении трудностей. Данное предположение подтверждается результатами исследований, проведенных К. Петерсоном и Р. Селлерсом [49].

Вместе с тем авторы считают, что для объяснения этих данных более значим тезис о том, что для некоторых сфер жизнедеятельности человека пессимизм (отсутствие оптимизма) выступает не недостатком, а преимуществом. Исследователи указывают на то, что для некоторых ситуаций характеризуемые как пессимизм взгляды и мнения человека являются, скорее, признаками осторожности, благоразумия, скептицизма. Во многих сферах деятельности эти качества достаточно значимы. Поэтому можно предположить, что для студентов юридического факультета оптимистическое упорство и слепая вера в успех гораздо менее важны, чем качества, характерные для пессимистов, в сочетании с умением замечать все тонкости и детали, учитывать возможные, в том числе, негативные последствия и предвидеть ловушки, гораздо важнее оптимистического упорства и слепой веры в успех. Данный вывод 34

подтверждается результатами исследования, выявившего обратную связь оптимизма с показателями юридических измеренных с помощью специального теста способностей.

Т.О. Гордеева, проводившая исследования на факультете психологии МГУ имени М.В. Ломоносова, получила результаты, которые свидетельствуют о том, что более успешная сдача вступительных экзаменов на психологический факультет характерна для абитуриентов, получивших относительно меньшие оценки по тестам на оптимизм [9]. На основе полученных данных исследователь предположила, что наиболее предпочтительным атрибутивным стилем в учебной деятельности абитуриентов и студентов-психологов выступает «реалистичный оптимизм», в рамках которого сочетаются достоинства оптимистической и пессимистической стратегий. Таким образом, проблема проявления оптимизма и пессимизма в учебной деятельности и влияния на ее успешность, на самом деле, оказался гораздо сложнее, чем предполагалось в первоначальных исследованиях данного вопроса.

Вопросом о взаимосвязи оптимизма и учебной мотивации занимались отечественные психологи И.Н. Ефремкина и А.Д. Стешкина. За основу исследования бралась методика мотивов учебной деятельности А. А. Реана и В. А. Якунина. В своём исследовании они обнаружили, что оптимизм имеет умеренную взаимосвязь с учебно-познавательными мотивами и мотивами творческой самореализации.

Отечественный исследователь Е. П. Ильин высказался о том, что «исследование оптимизма и пессимизма с психологических позиций необходимо для решения множества практических проблем: профилактика депрессии и дистресса, развитие мотивации достижения и настойчивости, осуществлении профориентации и профотбора, повышении успеваемости и др.», а «стили объяснения причин поступков – как положительных, так и отрицательных – являются неотъемлемой частью процесса мотивации и

оказывают огромное влияние на результаты человеческой деятельности» [14].

В отношении проблемы проявления индивидуального оптимизма и пессимизма в профессиональной деятельности, целесообразно начать изучение этого вопроса с оценки его слабых и сильных сторон. Сильное свойство людей с оптимистическим стилем - это прежде всего настойчивость и способность справляться с трудностями и неудачами с достаточной лёгкостью. В то же время оптимистам свойственен такой минус, как недооценка ситуаций риска. Вследствие этого, шанс того, что человек, например, превысит скорость при опоздании на совещание, у оптимистов, намного выше и чаще будет встречаться по сравнению с пессимистами. Т.е. в такой работе, где итог недооценки рискованной ситуации может приобрести фатальный исход, оптимистический стиль не рекомендуется.

Иначе говоря, оптимизм – неверная стратегия для работы, где ошибка может стоить очень дорого. Исходя из этого, можно говорить о существовании индивидуальных сфер деятельности, где пессимистический стиль будет приоритетнее всего.

По словам М. Селигмана, особенно явные проявления оптимистичных преимуществ можно заметить в деятельности страховых агентов, которые должны быть настойчивы в своей работе сохраняя сдержанность при неудачах, не принимая их на свой счет. Равным образом, пессимисты наиболее эффективны в тех профессиях, где креативность и настойчивость не обязательна, а больше необходима предусмотрительность и аналитика. В число этих профессий входят бухгалтера, финансовые директора, инженеры по технике безопасности и т.д.

Исходя из этого становится понятно, что, есть сферы деятельности как для оптимистов, так и для пессимистов, позволяющие им успешно самореализоваться. Использование этой информации в процессе профориентации может повысить его эффективность.

ГЛАВА 2. ПРОГРАММА ИССЛЕДОВАНИЯ ВЗАИМОСВЯЗИ АТТРИБУТИВНОГО СТИЛЯ ОПТИМИЗМ-ПЕССИМИЗМ И УЧЕБНОЙ МОТИВАЦИИ У СТУДЕНТОВ РАЗНЫХ КУРСОВ

2.1. Цель, задачи, предмет и объект исследования взаимосвязи атттрибутивного стиля оптимизм-пессимизм и учебной мотивации у студентов разных курсов

В процессе написания выпускной квалификационной работы по проблеме исследования оптимизма и пессимизма как психологического феномена было проведено экспериментальное исследование оптимизма и пессимизма у студентов 1 и 3 курсов Южно-Уральского Государственного Университета (ЮУрГУ).

Выборку исследования составили студенты кафедры ВШЭУ первого и третьего курсов – 114 чел.:

- 1 курс – 69 чел,
- 3 курс – 45 чел.

В исследовании принимали участие 70 девушек и 44 юноши. Средний возраст выборки – 19 лет.

В настоящем исследовании была предпринята попытка выявить взаимосвязь атрибутивного стиля оптимизм-пессимизм и мотивации к учению.

Цель экспериментального исследования: изучение различий атрибутивного стиля оптимизм-пессимизм и мотивации учебной деятельности, а также их взаимосвязи на разных этапах подготовки студентов.

В качестве **гипотез исследования** были выдвинуты следующие предположения:

1. Студенты, независимо от этапов обучения характеризуются разными атрибутивными стилями оптимизма-пессимизма.

2. У студентов разных курсов должны быть различия в структуре учебно-мотивационной сферы.

3. Должны быть взаимосвязи мотивов учебной деятельности и атрибутивных стилей оптимизма-пессимизма.

Для достижения поставленной цели и подтверждения выдвинутых гипотез в ходе экспериментального исследования решались следующие **задачи:**

1. На основе эмпирического исследования определить выраженность оптимистического и пессимистического атрибутивного стиля у студентов 1 и 3 курсов.

2. Выявить направленность учебных мотивов студентов 1 и 3 курса.

3. Определить, существуют ли взаимосвязи атрибутивных стилей оптимизма-пессимизма с мотивами учебной деятельности студентов.

В соответствии с поставленными задачами экспериментальное исследование включало 3 этапа:

- 1 этап – *организационный*. На этом этапе были сформулированы цель и задачи исследования, определена выборка исследования, сформирован комплекс психодиагностических методик, соответствующий особенностям обследуемых.

- 2 этап – *диагностический*. Данный этап включал проведение психодиагностического обследования с помощью выбранных методик.

- 3 этап – *аналитический*. Данный этап подразумевает обработку и интерпретацию полученных на втором этапе эмпирических данных, а также формулирование основных выводов, касающихся объекта и предмета исследования.

2.2. Методы исследования

В соответствии с задачами экспериментального исследования был сформирован психодиагностический комплекс.

В качестве методик исследования были выбраны следующие:

1. Тест жизненной ориентации (Life Orientation Test – LOT в адаптации Гордеевой – Сычёва – Осина).
2. Методика диагностики учебной мотивации студентов (А.А. Реан и В.А. Якунин, модификация Н.Ц. Бадмаевой).
3. Опросник стиля объяснения успехов и неудач СТОУН-В (Т.О. Гордеева, Е.Н. Осин, В.Ю. Шевяхова).

Рассмотрим перечисленные методики подробнее.

2.2.1. Тест жизненной ориентации (Life Orientation Test – LOT)

Для исследования диспозиционного оптимизма студентов использовался тест жизненной ориентации (Life Orientation Test – LOT в адаптации Гордеевой – Сычёва – Осина) (Приложение А).

Назначение: измерение диспозиционного оптимизма, устойчивой личностной характеристики, отражающей позитивные ожидания личности относительно будущего.

Процедура проведения и обработки: методика представляет собой опросник, который состоит из 12 утверждений. По каждому из утверждений испытуемому необходимо выразить степень своего согласия или несогласия. Для этого предлагается 5 вариантов ответов от «совершенно не согласен» до «совершенно согласен». При обработке результатов баллы суммируются отдельно для оптимизма и пессимизма, а затем вычисляется их разность, представляющая собой общий показатель оптимизма-пессимизма. Ответы по шкале Ликкерта переводятся в баллы:

Для прямых утверждений: не согласен – 0 баллов; скорее не согласен – 1

балл; ни да, ни нет – 2 балла; скорее согласен – 3 балла; полностью согласен – 4 балла. Для обратных утверждений: не согласен – 4 балла; скорее не согласен – 3 балла; ни да, ни нет – 2 балла; скорее согласен – 1 балл; полностью согласен – 0 баллов.

2.2.2. Методика диагностики учебной мотивации студентов

Для исследования движущих учебных мотивов у студентов 1 и 3 курсов была использована методика диагностики учебной мотивации студентов (А.А. Реан и В.А. Якунин, модификация Н.Ц. Бадмаевой) (приложение Б).

Назначение: диагностирование учебно-мотивационных мотивов у студентов 1 и 3 курса.

Процедура проведения и обработки: опросник состоит из 34 утверждений. Каждое из утверждений принадлежит к одной из 7 шкал мотивов: коммуникативные мотивы, мотивы избегания, мотивы престижа, профессиональные мотивы, мотивы творческой самореализации, учебно-познавательные мотивы и социальные. Испытуемому предлагается оценить каждое из утверждений по шкале значимости от 1 до 5 (1 балл соответствует минимальной значимости утверждения, 5 баллов – максимальной значимости). Далее производится подсчёт сырых баллов по каждой из 7 шкал.

2.2.3. Методика стиля объяснения успехов и неудач СТОУН-В

Для исследования и определения атрибутивного стиля у студентов использовался опросник стиля объяснения успехов и неудач СТОУН-В (Т.О. Гордеева, Е.Н. Осин, В.Ю. Шевяхова) (приложение В).

Процедура проведения и обработки: данный опросник состоит из 24-х жизненных ситуаций. Ситуации, согласно авторам, подбирались исходя из анализа ASQ, его популярных версий, и опросника стойкости (AQ) П.Г.Стольца.

Испытуемому предлагается представить каждую ситуацию, и постараться написать причину, из-за которой данная ситуация возникла, в

соответствующее поле. После, испытуемый должен оценить причину возникшей ситуации по двум из трёх параметров атрибутивного стиля (АС) – стабильности, глобальности и контроля. Исходя из этого, опросник состоит из 48 пунктов, которые распределяются в три шкалы, соответствующие основным параметрам АС.

Среди ситуаций включены как события, направленные на негативный аспект (неудачи), так и на позитивный (успехи).

Для обработки результатов вводится сквозная нумерация пунктов по каждой ситуации. Перед обработкой обратные пункты инвертируются, и считаются по нисходящей шкале от 6 до 1. Прямые ситуации считаются по прямой шкале – от 1 до 6. Далее складываются пункты по каждому из параметров: стабильность (С), глобальность (Г) и контроль (К). Общий показатель оптимизма получается исходя из суммирования баллов по шкалам С, Г и К. Пункты складываются по баллам, также по типу ситуации: ситуации успеха (У), ситуации неудачи (Н), и по сферам: сфера достижений (Д) и межличностная сфера (М).

2.3. Методы математической обработки данных

Для обработки результатов экспериментального исследования использовались методы математико-статистической обработки данных.

В частности, для обработки результатов по всем используемым методикам применялись такие математические методы, как: расчет среднего значения и стандартного отклонения, Т-критерий Стьюдента, U-критерий Манна-Уитни, коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

1. Среднегрупповое значение – это значение, которое является средним арифметическим для обследуемой группы

Расчет простой среднеарифметической (среднегруппового значения):

Суммируются полученные результаты по каждому испытуемому:

$$V_1+V_2+V_3+\dots+V_n = \sum V \quad (2.1)$$

Сумма вариантов делится на количество испытуемых:

$$M = \sum V / n \quad (2.2)$$

2. Далее был произведен расчет стандартного отклонения – обобщающая характеристика абсолютных размеров вариации признака в совокупности, рассчитываемый по формуле:

$$\sigma = \sqrt{(\sum(x - X)^2) / n}, \quad (2.3) \text{ где } \sum(x - X)^2 \text{ – сумма}$$

разности квадратов между каждым показателем и средней арифметической величиной (сумма квадратов отклонений); n – объем выборки (число измерений или испытуемых).

Стандартные отклонения определили степень однородности обследуемой группы по каждому обследуемому показателю [16, с. 67].

3. Расчёт Т-критерия Стьюдента.

Для сравнения средних величин t-критерий Стьюдента рассчитывался по следующей формуле:

$$t = (M_1 - M_2) / (m_1^2 + m_2^2), \quad (2.4) \text{ где } M_1 \text{ – средняя}$$

арифметическая первой сравниваемой совокупности (группы),

M_2 – средняя арифметическая второй сравниваемой совокупности (группы),

m_1 – средняя ошибка первой средней арифметической,

m_2 – средняя ошибка второй средней арифметической [16, с. 81].

4. Коэффициент ранговой корреляции Спирмена – это количественная оценка статистического изучения связи между явлениями, используемая в непараметрических методах. Показатель показывает, как отличается полученная при наблюдении сумма квадратов разностей между рангами от случая отсутствия связи.

Для обработки исследования был использован пакет прикладных программ статистической обработки данных: IBM SPSS Statistic 22 Premium.

ГЛАВА 3. АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ ВЗАИМОСВЯЗИ АТТРИБУТИВНОГО СТИЛЯ ОПТИМИЗМ- ПЕССИМИЗМ И МОТИВАЦИИ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

3.1. Сравнительный анализ выраженности диспозиционного оптимизма у студентов 1 и 3 курса

Проведено эмпирическое исследование, где изучались особенности проявления оптимизма-пессимизма у студентов 1 и 3 курса ВУЗа.

Для исследования диспозиционного оптимизма, как устойчивой личностной характеристики, отражающей позитивные ожидания личности относительно будущего (тест жизненной ориентации (Life Orientation Test – LOT в адаптации Гордеевой – Сычёва – Осина)) был осуществлен анализ выраженности его основных показателей у испытуемых первого и третьего курсов.

На рисунке 1 представлены результаты сравнения 1 и 3 курса по показателю диспозиционного оптимизма.



Рис. 1. Сравнение показателей диспозиционного оптимизма у студентов 1 и 3 курсов

Исходя из среднегруппового профиля испытуемых (рис. 1) можно говорить о том, что студенты-оптимисты, количественно преобладают над студентами-пессимистами на обоих курсах обучения. Достаточно равное распределение студентов оптимистического и пессимистического стиля на обоих курсах может свидетельствовать о том, что оптимистический и пессимистический стиль не зависит от этапа обучения в ВУЗе.

В результате статистического анализа динамики показателей диспозиционного оптимизма значимые различия не выявлены (таблица 1). Таким образом, можно утверждать, что учебный процесс не влияет на формирование оптимистичного/пессимистичного стиля у студентов.

Таблица 1

Изменение показателей диспозиционного оптимизма
у студентов 1 и 3 курса

| Показатели оптимизма | Сравнение средних показателей на 1-м и 3-м курсах | | |
|----------------------|---------------------------------------------------|----------|----------------------|
| | 1-й курс | 3-й курс | T-критерий Стьюдента |
| Диспозиц. оптимизм | 25,4 | 25,2 | 0,868 |

Данная методика показала лишь факт того, что оптимистические и пессимистические установки студентов не зависят от временной характеристики обучения в ВУЗе. Прослеживается стабильность установок от первого к третьему курсу. Данная методика исследует лишь один параметр (оптимизм-пессимизм) и как такового более глубокого анализа атрибутивного стиля по основным параметрам оптимизма в ней не высчитываются.

Для того, чтобы исследовать более содержательную, глубинную составляющую атрибутивного стиля оптимизм/пессимизм, и проверить взаимосвязь его параметров с учебными мотивами была использована вторая методика (опросник стиля объяснения успехов и неудач СТОУН-В (Т.О. Гордеева, Е.Н. Осин, В.Ю. Шевяхова)).

Данный опросник позволяет произвести расчёт сразу по 8-ми показателям атрибутивного стиля (стабильность, глобальность, контроль, успехи, неудачи, межличностный, сферы достижений и показатель общего оптимизма), что позволяет провести более подробное исследование взаимосвязи оптимизма/пессимизма и учебной мотивации.

Путём сравнительного анализа показателей оптимизма между первым и третьим курсом результаты получились следующими (таблица 2)

Таблица 2

Изменение показателей оптимизма у студентов 1 и 3 курсов

| № | Шкала | M1 | б1 | M2 | б2 | t- Стьюдента | p- уровень |
|---|------------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-----------------|---------------|
| 1 | Параметр стабильности | 61,7 | 7,7 | 62,3 | 8 | | незнач. |
| 2 | Параметр глобальности | 71,7 | 8,5 | 78,8 | 10,5 | 2.03 | 0.05 |
| 3 | Параметр контроля | 77,3 | 11,7 | 74,6 | 9,6 | | незнач. |
| 4 | О в ситуации успеха | 92,9 | 12,2 | 97,4 | 11,1 | 2.05 | 0.05 |
| 5 | О. в ситуации неудач | 117,4 | 15,7 | 119,8 | 17,4 | | незнач. |
| 6 | О в ситуации достижений | 121,4 | 15,6 | 123,4 | 19,2 | | незнач. |
| 7 | О в межлич. ситуациях | 89,4 | 11,3 | 91,6 | 14,4 | | незнач. |
| 8 | Общий оптимизм | 210,7 | 21,7 | 215,5 | 19 | | незнач. |

Сравнительный анализ динамики некоторых показателей на 1 и 3 курсах ВУЗа позволяют наглядно зафиксировать ее большую выраженность от первого к третьему курсу. По параметру контроля, исходя из сравнения динамики от первого к третьему курсу наблюдается спад. Значения, характеризующие оптимистический атрибутивный стиль третьекурсников, существенно превышают аналогичные показатели у первокурсников по вышеперечисленным показателям.

Исследование показало, что существуют значимые различия у студентов первого и третьего курсов между показателями таких характеристик, как «глобальность» ($p \leq 0.05$) и «оптимизм в ситуации успеха» ($p \leq 0.05$). В процессе обучения в ВУЗе наблюдается существенный рост по обоим показателям от первого к третьему курсу подтвержденный статистическим анализом данных. Следует отметить, что по всем

параметрам оптимизма, кроме параметра «контроль», наблюдается положительная динамика от первого к третьему курсу. Исходя из этого можно предположить о том, что третьекурсники более оптимистично относятся к происходящим событиям, чем первокурсники. Несмотря на это, студенты первого курса, лучше третьего, контролируют возникающие вокруг них события.

Полученные результаты сравнительного анализа говорят о том, что оптимистический/пессимистический атрибутивный стиль личности является достаточно стабильной (устойчивой) психологической характеристикой, требующей для своего изменения специально организованных условий. Эффективной социальной ситуацией развития оптимизма можно считать психолого-педагогические условия обучения и образовательную среду ВУЗа.

3.2. Сравнительный анализ мотивации учебной деятельности студентов 1 и 3 курса

Для решения второй задачи – выявления направленности учебных мотивов - использовалась методика диагностики учебной мотивации студентов А.А. Реана и В.А. Якунина, в модификации Н.Ц. Бадмаевой. Выраженность учебных мотивов (использована 5-бальная шкала оценки) у первокурсников и третьекурсников представлена в таблице 3.

У первокурсников наиболее выражены коммуникативные мотивы (3.8 балла) и профессиональные (3.9 балла). Такие же мотивы преобладают у третьекурсников, но чуть менее выраженные (3.7 и 3.5 баллов соответственно). Значимые различия между студентами 1 и 3 курса наблюдаются по выраженности мотивов престижа, профессиональных мотивов, учебно-познавательных и социальных. Все эти мотивы выше у студентов 1 курса.

Средние групповые значения выраженности учебных мотивов
у студентов 1 и 3 курса

| Мотивы | M1 | M2 | б1 | б2 | t-критерий | p-значимость |
|------------------------------|------------|------------|------------|------------|-------------|--------------|
| Коммуникативные | 3,8 | 3,7 | 0,8 | 0,7 | 0.536 | незнач. |
| Избегания неудачи | 2,5 | 2,1 | 0,9 | 0,9 | 1.92 | незнач. |
| Престижа | 3,1 | 2,7 | 0,9 | 1 | 2.15 | 0.05 |
| Профессиональные | 3,9 | 3,5 | 0,8 | 1 | 2.02 | 0.05 |
| Творческой самореализации | 3,2 | 3,2 | 1,1 | 1 | 0.39 | незнач. |
| Учебно-познавательные | 3,5 | 3,0 | 0,6 | 0,9 | 4.09 | 0.001 |
| Социальные | 3,5 | 3,1 | 0,8 | 0,9 | 2.57 | 0.05 |

Представленные данные в таблице 3 показывают, что значимые различия в блоке мотивов выявлены в пункте учебно-познавательных мотивов, социальных, профессиональных, а также мотивов престижа.

Результаты сравнительного анализа учебно-познавательных мотивов показывают, что у студентов первого курса они достоверно ($p < 0,001$) отличаются от мотивов студентов третьего курса: у студентов первого курса он имеет больший удельный вес в мотивационной структуре, чем у студентов третьего курса. Соответственно, можно заключить, что, по сравнению с третьекурсниками, студенты первого курса более отчетливо понимают, что успешная учеба в вузе будет являться основой их становления как настоящих специалистов, а также, что знания пригодятся для достижения материального благополучия.

Исходя из сравнительного анализа блока социальных мотивов, стоит отметить тот факт, что у студентов первого курса стремление к самосовершенствованию, успеху и одобрению окружающих значительно преобладает над третьим курсом. Анализ профессиональных мотивов показал, что студенты первого курса более серьезно ориентированы на получение знаний и умений, предъявляемых их профессиональной направленностью, чем третьекурсники. Также, для студентов первого курса более значима роль высокого социального статуса, по сравнению со 47

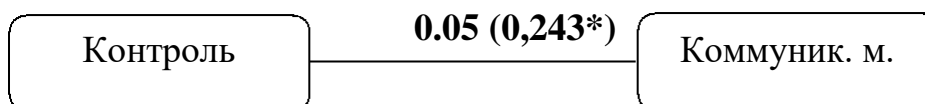
студентами третьего курса. Можно предположить, что у третьекурсников уже сформировалось чёткое понимание роли в группе каждого студента, к третьему году обучения. Что же касается первокурсников – у них ещё не сформировалось должного уровня авторитета в группе, что вполне логично объясняется переходом в новую образовательную среду.

Наименьшую ценность в обеих группах имеет мотив избегания неудачи (2,5 балла у 1 курса и 2,1 балл у 3 курса). Это значит, что студенты не боятся нарушить требования учебной деятельности, например, не выполнить домашнее задание, прийти на занятие не подготовленным и т.д. Причем, это выражено больше у студентов 3 курса (Т-критерий имеет значение чуть меньше критического на $p < 0,05$).

Таким образом, результаты исследования подтвердили гипотезу, что мотивационная структура студентов 3 курса отличается от учебной мотивации студентов 1 курса, и характеризуется большой неоднородностью группы, по оценке значимости учебных мотивов.

3.3. Корреляционный анализ взаимосвязи параметров оптимизма и мотивов учебной деятельности

Далее, путём корреляционного анализа исследовались взаимосвязи параметров оптимизма с учебно-мотивационной структурой у студентов 1 и 3 курса. Для нахождения большего числа корреляционных связей между оптимизмом и учебными мотивами, за основу была взята методика СТОУН-В, так как она позволяет провести анализ по множеству параметров оптимизма, чего не позволяет сделать методика на диспозиционный оптимизм. Для анализа корреляционных связей был использован коэффициент ранговой корреляции Спирмена. Результат был получен следующий:

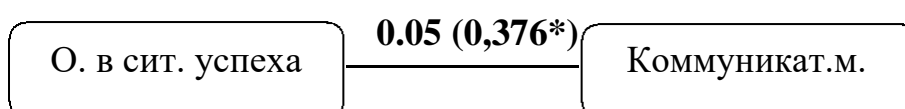


Условные обозначения: * – различия, значимые при $p = 0,05$.

Рис.2. Значимые корреляции параметров атрибутивного стиля и мотивов учебной деятельности (1 курс)

Исходя из полученных статистических данных (рисунок 1.2), на первом курсе, общей выборки, была выявлена взаимосвязь между учебными мотивами и атрибутивным стилем оптимизм/пессимизм: между коммуникативными мотивами и контролем ($p \leq 0,05$).

Полученный результат, показанный в плеяде, свидетельствует о том, что при высокой потребности в общении с окружающими и её удовлетворении, повышается и способность контролировать ситуацию, брать её в свои руки. На первом курсе коммуникативный мотив выступает как один из ведущих. Можно предположить, что первокурсники, при помощи общения, заведения новых знакомств, получают внутреннюю уверенность и контролируют жизненные ситуации намного лучше, и наоборот.



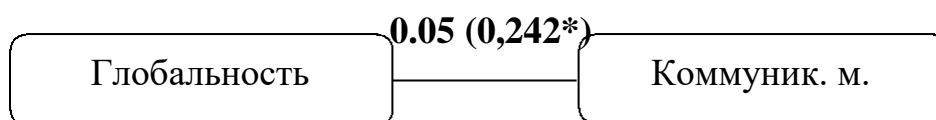
Условные обозначения: * – различия, значимые при $p = 0,05$.

Рис. 3. Значимые корреляции параметров атрибутивного стиля и мотивов учебной деятельности (3 курс)

На третьем курсе, без деления на оптимистов и пессимистов, путём статистической обработки данных, была обнаружена взаимосвязь между параметрами атрибутивного стиля оптимизм/пессимизм и учебными мотивами: параметр «оптимизм в ситуации успеха» и «коммуникативные мотивы» ($p \leq 0,05$).

Исходя из полученного результата, можно сказать о том, что, чем ярче выражен коммуникативный мотив у третьекурсников, тем они позитивнее воспринимают какие-либо приятные события. Например, при успешной сдаче экзамена, есть возможность этим поделиться с друзьями и сокурсниками, услышать похвалу и т.д. При узком круге общения, ситуация успеха воспринимается не так позитивно, так как эмоциональной разрядки как таковой нет, и ситуация успеха уходит во внутренний мир.

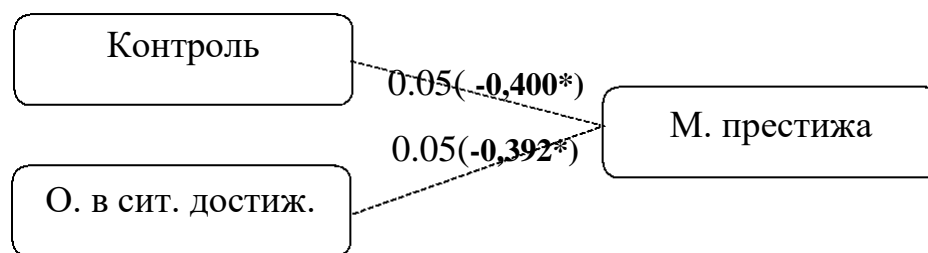
Далее производился поиск значимых корреляций у общей выборки оптимистов и общей выборки пессимистов. Результат полученных корреляций следующий:



Условные обозначения: * – различия, значимые при $p = 0,05$;

Рис.4. Значимые корреляции параметров атрибутивного стиля и мотивов учебной деятельности (оптимисты)

Анализ параметров АС и мотивов учебной деятельности (рисунок 4) показал, что у студентов-оптимистов коррелируют между собой следующие показатели: «глобальность» и коммуникационные мотивы ($p \leq 0,05$). Из полученных данных, можно предположить о том, что оптимисты при должном уровне общения с окружением, принимают эту заслугу, как за их собственную. Круг общения зарождается от их харизмы и умения поддержать и выслушать. При обратной ситуации – оптимисты склонны видеть в этом вину не в самих себе, а в людях. Параметр глобальности при малой потребности в общении приобретает экстернальный характер.



Условные обозначения: * – различия, значимые при $p = 0,05$;

Рис.5. Значимые корреляции параметров атрибутивного стиля и мотивов (пессимисты)

Исходя из статистических данных, у студентов с пессимистичным атрибутивным стилем существуют значимые обратные корреляции мотивов престижа с параметром контроля ($p \leq 0,05$), и с параметром «оптимизм в сфере достижений» ($p \leq 0,05$). Результаты корреляционного анализа позволяют предположить о том, что, пессимистам свойственно, при высоком социальном статусе и авторитете среди окружающих, упускать ситуацию из своих рук, а любое значимое достижение воспринимается ими как случайное и временное, никак не зависящее от их стараний.

ВЫВОДЫ

В результате проведенного исследования были сделаны следующие выводы.

1. В 18 веке для обозначения определенного способа мышления Г.В. Лейбницем был введен термин «оптимизм». Термин «оптимизм», предложенный Г.В. Лейбницем, заложил основы его научного понимания как способа познания окружающей действительности. Для современной зарубежной психологической литературы характерно наличие двух подходов к изучению оптимизма и пессимизма: исследование диспозиционного оптимизма (Ч. Карвер, М. Шейер и др.) и исследование оптимизма как атрибутивного стиля (М. Селигман, К. Петерсон и др.). В зарубежной психологии оба этих направления приобрели большую известность и широкое распространение в литературе по позитивной психологии. В нашей стране оптимизм исследовался, преимущественно, в рамках социологии, а не психологии. Анализ различных исследований оптимизма-пессимизма с социологической и психологической точек зрения (Т.О. Гордеева, М.С. Замышляева, К. Муздыбаев, Л.М. Рудина и др.) позволяет констатировать, что проблеме оптимизма в отечественной психологии уделяется существенно меньше, по сравнению с зарубежной литературой, внимания. При этом, исследуя оптимизм, современные российские психологи, как правило, основываются на имеющихся в зарубежной психологии теориях и научных подходах.

2. В результате анализа и обобщения научной литературы оптимизм можно определить, как устойчивую личностную позицию уверенности в преодолении жизненных трудностей, в их временном характере, которая основана на вере индивида в силу человеческой природы и в собственные ресурсы. Оптимизм как система позитивных отношений, жизнерадостного мировосприятия и мировоззрения представляет собой активную жизненную позицию личности, которая оказывает влияние на выбор

адаптивных моделей поведения, ролевую позицию и устойчивость к психологическому стрессу и служит важной составляющей психологического здоровья личности. Суть оптимизма состоит в особом стиле объяснения причин неудач или успехов. Оптимизм – это умение оптимистично воспринимать благоприятные жизненные ситуации, ощущать от этого психологическое благополучие (счастье, чувство самоуважения, веру в будущее) и уверенность в успехе своей деятельности (например, в учебной). Неудачи, переживаемые пессимистом, настолько сильно для него окрашены, что он обобщает их во времени и пространстве. При этом ответственность за них он также приписывает себе, чувствуя при этом себя сильно виноватым. Оптимист – это человек с оптимистическим мировосприятием, принимающий и любящий жизнь такой, какая она есть, верящий в то, что у него может получиться многое из задуманного, умеющий этого терпеливо добиваться, а главное – умеющий принимать неудачи, делать выводы, достаточно быстро восстанавливаться после потерь, подниматься и идти дальше.

3. В рамках настоящей работы, мотивация учебной деятельности понимается как процесс, средство побуждения учащихся к познанию нового, к освоению нового материала и образовательного содержания. Иначе говоря, это умение ставить перспективные цели, предвидеть результаты своей учебной деятельности, преодолевать трудности на пути достижения цели. Исследователи отмечают, что наиболее предпочтительным атрибутивным стилем в учебной деятельности абитуриентов и студентов выступает «реалистичный оптимизм», в рамках которого сочетаются достоинства оптимистической и пессимистической стратегий. Существуют сферы деятельности, обеспечивающие возможность успешной профессиональной самореализации как для оптимистов, так и для пессимистов. Преимущества оптимизма проявляются в тех профессиях, где требуется проявлять настойчивость, принимать решения, идти на риск. Пессимисты же, в свою очередь,

отличаются большей эффективностью в тех профессиях, где нужны не креативность и настойчивость, а аналитичность и предусмотрительность.

Применение этих сведений в процессе профориентационной работы может повысить её эффективность.

4. Полученные результаты показали, что оптимистический / пессимистический атрибутивный стиль личности является достаточно стабильной (устойчивой) психологической характеристикой, требующей для своего изменения специально организованных условий. Также, в ходе экспериментального исследования результатов было выявлено, что между студентами, отличающимися по курсам обучения, имеются достаточно достоверные различия в мотивационной структуре учения, по их отношению к характеру самой учебной деятельности, то есть к тому, как она должна реализовываться, осуществляться непосредственно во время обучения в ВУЗе.

Корреляционный анализ показал, что между учебными мотивами и атрибутивным стилем оптимизм/пессимизм существуют значимые взаимосвязи. Сравнивая первый и третий курс видна параллель с коммуникативным мотивом, но параметры оптимизма, коррелирующие с этим мотивом различны. Это говорит о различном влиянии одного и того же мотивационного компонента – общения, на структуру оптимизма. На первом курсе мотив коррелирует с контролем ситуации, а на третьем – с оптимизмом в ситуации успеха. У студентов с разными атрибутивными стилями, взаимосвязи между параметрами АС и мотивами учения также прослеживаются. Стоит обратить внимание на то, что у общей выборки студентов с оптимистическим атрибутивным стилем также выявлена взаимосвязь с коммуникативным мотивом, что в очередной раз подтверждает важную роль общения, не только различаясь по курсам, но и по атрибутивному стилю. У оптимистов – взаимосвязь коммуникативного мотива с глобальностью говорит о том, что фактор общения накладывает большой отпечаток на объяснение ситуации в экстеральной и 54

интернальной форме. У пессимистов же роль социального статуса коррелирует обратно пропорционально с параметром контроля и ситуацией личностных достижений.

Полученные результаты подтверждают третью гипотезу, о том, что между параметрами атрибутивного стиля оптимизм/пессимизм и мотивами учебной деятельности существуют взаимосвязи.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Целью выпускной квалификационной работы являлось выявление взаимосвязи атрибутивного стиля оптимизм-пессимизм и мотивации учебной деятельности у студентов.

В теоретической части работы рассматривались концепции «диспозиционного оптимизма» Ч. Карвера и М. Шейера, исследование оптимизма как атрибутивного стиля (М. Селигман, К. Петерсон), а также анализ различных исследований оптимизма-пессимизма с социологической и психологической точек зрения (Т.О. Гордеева, М.С. Замышляева, К. Муздыбаев, Л.М. Рудина и др.).

Для достижения поставленной цели были решены следующие задачи исследования: проведён теоретический анализ проблемы оптимизма и пессимизма и его взаимосвязи с мотивацией учебной деятельности студентов; путём эмпирического исследования, определена выраженность оптимистического и пессимистического атрибутивного стиля у студентов 1 и 3 курса; сравнительный анализ показал различия в мотивационной структуре у студентов 1 и 3 курса; по итогам корреляционного анализа, подтверждено существование взаимосвязей атрибутивного стиля оптимизм/пессимизм с мотивами учебной деятельности студентов.

Результаты экспериментального исследования показали, что студенты 1 и 3 курса различаются по атрибутивному стилю оптимизм/пессимизм, независимо от этапа обучения, что подтверждает первую гипотезу исследования. Оптимисты преобладают над пессимистами, количественно, на обоих курсах.

В ходе эмпирического исследования было определено, что у студентов первого курса, в отличие от третьего выявлена большая интенсивность выраженности мотивов и параметров оптимизма. Результатами сравнительного анализа была подтверждена вторая гипотеза исследования о различиях мотивационной структуры у первого и третьего курса.

Корреляционные взаимосвязи имеют сходство, при сравнении, на разных этапах обучения, по мотивам учебной деятельности, и различия – по параметрам оптимизма, что говорит о многогранности влияния одного и того же мотива на стиль атрибуции. Об этом также говорит факт того, что, хоть, и оптимистам и пессимистам присущ коммуникативный мотив – значимую взаимосвязь с параметрами оптимизма имеет он (мотив) только у оптимистов. У пессимистов прослеживается обратная корреляция мотивов престижа с параметром контроля и с оптимизмом в ситуации достижений. Результатами корреляционного анализа была подтверждена третья гипотеза о наличии взаимосвязей между оптимизмом и мотивами учебной деятельности.

Полученные результаты могут быть приняты во внимание психологами-диагностами и педагогами для разработки методологических принципов работы со студентами с разными стилями атрибуции, а также для составления рекомендаций по работе со студентами-оптимистами и пессимистами.

Для получения более точных и углублённых результатов эксперимента, предполагается, что, стоит ввести несколько дополнительных факторов для исследования: увеличение выборки испытуемых, гендерные различия, возраст, пол. Также, для дополнения данных, в перспективе, может внести вклад исследование взаимосвязи оптимизма и учебной мотивации одной группы студентов путём лонгитюдного исследования. Это позволит выявить динамику изменений или устойчивости обоих параметров эксперимента на протяжении всего учебного процесса.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Антипова, В.М. Формирование мотивов учебной деятельности студентов в условиях учебно-научного комплекса вуза / В.М. Антипова // Проблемы оптимизации учебного процесса в вузе. – Р-н/Д: Изд-во Рост. ун-та, 2014. – С. 106–114.
2. Багдасарьян, Н.Г. Послевузовские ожидания студенческой молодежи / Н.Г. Багдасарьян, А.А. Немцов, Л.В. Кансузян // Социологическое исследование. – 2013. – № 2. – С. 36–41.
3. Божович, Л.И. Проблемы формирования личности / Л.И. Божович. – М.: Ин-т практ. Психологии; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1997. – 352 с.
4. Бурлачук, Л.Ф. Психодиагностика: Учебник для вузов / Л.Ф. Бурлачук. – СПб.: Питер, 2016. – 351 с.
5. Виндекер, О.С. Взаимосвязь мотивации достижения с показателями оптимизма-пессимизма / О.С. Виндекер // Известия Уральского государственного университета. Сер. 1 – 2009. – № 4 (68). – С. 119-125.
6. Виштак, О.В. Мотивационные предпочтения абитуриентов и студентов / О.В. Виштак // Социологическое исследование. 2013. – № 2. – С. 19–23.
7. Вольтер, Ф.М.А. Избранные сочинения / Ф.М.А. Вольтер. – М.: Рипол Классик, 1997. – 848 с.
8. Гордеева, Т.О. Оптимистическое мышление личности как составляющая личностного потенциала / Т.О. Гордеева // Психологическая диагностика. – 2017. – № 1. – С. 32-65.
9. Гордеева, Т.О. Диагностика оптимизма как стиля объяснения успехов и неудач: опросник СТОУН / Т.О. Гордеева, В.Ю. Шевяхова, Е.Н. Осин. – М.: Смысл, 2015. – 82 с.

10. Гордеева, Т.О. Оптимистическое мышление личности как составляющая личностного потенциала / Т.О. Гордеева // Психологическая диагностика. – 2017. – № 1. – С. 32-65.

11. Давудова, А.Р. Мотивация учения у студентов с разными атрибутивными стилями / А.Р. Давудова // Ярославский педагогический вестник. – 2017. – № 3. – С. 199–203.

12. Замышляева, М.С. Оптимизм и пессимизм в совладающем поведении в юношеском возрасте: дис. канд. психол. наук. – М., 2016. – 237 с.

13. Зимняя, Л.И. Педагогическая психология: учебник для вузов / Л.И. Зимняя. – М.: Логос, 2015. – 384 с.

14. Ивина, А.А. Философия: энциклопедический словарь / А.А. Ивина. – М.: Гардарики, 2014. – 1072 с.

15. Ильин, Е.П. Психология надежды: оптимизм и пессимизм / Е.П. Ильин. – СПб: Питер, 2014. – 168 с.

16. Калинин, А.Г. Обработка данных методами математической статистики: монография / А.Г. Калинин. – Чита: ЗИП СибУПК, 2015. – 106с.

17. Карелова, Г.А. Философский подход в воспитании оптимистического отношения к жизни личности / Г.А. Карелова // Педагогическое мастерство: мат. IV Международной науч. конф. Москва, февраль 2014 г. // отв. ред. Г.А. Кайнова. – М.: Буки-Веди, 2014. – С. 4-6.

18. Кесельман, Л.Е. Межгенерационный сдвиг индивидуального оптимизма/пессимизма в современном российском обществе / Л.Е. Кесельман, М.Г. Мацкевич // Журнал социологии и социальной антропологии, 2012. – Т.1. – Вып. 2. – С. 13–19.

19. Крюкова, Т.Л. Оптимизм/пессимизм в совладающем поведении субъекта: межпоколенческий аспект / Т.Л. Крюкова // Психологическое исследование: теория, методология, практика: Сборник материалов II

Сибирского психологического форума. 30 ноября – 1 декабря 2015 г. – Томск: Томский государственный университет, 2015. – С. 236-242.

20. Крюкова, Т.Л. Адаптация методики измерения диспозиционного оптимизма/пессимизма / Т.Л. Крюкова, М.С. Замышляева // Психологическое исследование: теория, методология, практика: Сборник материалов II Сибирского психологического форума. 30 ноября – 1 декабря 2013 г. – Томск: Томский государственный университет, 2013. – С. 548-552.

21. Майоров, Г.Г. Теоретическая философия Готфрида В. Лейбница / Г.Г. Майоров. – М.: МГУ, 1983. – 266 с.

22. Маркова, А.К. Формирование мотивации учения в школьном возрасте: пособие для учителей / А. К. Маркова. – М.: Просвещение, 2013. – 96 с.

23. Муздыбаев, К. Оптимизм и пессимизм личности (опыт социолого-психологического исследования) / К. Муздыбаев // Социологические исследования. – 2013. – № 12. – С. 87-96.

24. Наследов, А.Д. SPSS: Компьютерный анализ данных в психологии и социальных науках / А.Д. Наследов. – СПб. : Питер, 2015. – 416 с.

25. Ожегов С.И. Словарь русского языка / С.И. Ожегов. – М.: Русский язык, 1992. – 750 с.

26. Попов, В.А. Изменение мотивационно-ценностных ориентаций учащейся молодежи / В.А. Попов, О.Ю. Кондратьева // Социологическое исследование. – 2012. – № 6. – С. 24–27.

27. Психодиагностика. Учебник и практикум / Под ред. А.Н. Кошелевой, В.В. Хороших. – М.: Юрайт, 2017. – 374 с.

28. Рогов, М.В. Мотивация учебной и коммерческой деятельности студентов / М.В. Рогов // Высшее образование в России. – 2016. – № 4. – С. 9–14.

29. Рокицкая, Ю.А. Психолого-педагогические условия формирования оптимизма у подростков: монография / Ю.А. Рокицкая. – Челябинск: «Цицero», 2017. – 185с.
30. Рудина, Л.М. Тест на оптимизм: Метод определения атрибутивных стилей / Л.М. Рудина; под ред. В.М. Русалова. – М.: Наука, 2012. – 24 с.
31. Селигман, М. Как научиться оптимизму. Советы на каждый день / М. Зелигман. – М.: Вече, 1997. – 432 с.
32. Селигман, М. Новая позитивная психология. Научный взгляд на счастье и смысл жизни / М. Селигман. – М.: София, 2006. – 368 с.
33. Селли, Дж. Пессимизм. История и критика Пер. с англ. и предисловие Вал. Яковенко. – СПб., 1893. – 334 с.
34. Сычѳв, О.А. Психология оптимизма: учебно-методическое пособие к спецкурсу / О.А. Сычев; Бийский пед. гос. ун-т им. В. М. Шукшина. – Бийск: БПГУ им. В. М. Шукшина, 2016. – 69 с.
35. Философский словарь / Под ред. И.Т. Фролова. – М., 1991. – 320 с.
36. Философский энциклопедический словарь / ред.-сост. Е.Ф. Губский. – М.: ИНФРА-М, 2013. – 576 с.
37. Эриксон, Э.Г. Детство и общество / Э.Г. Эриксон. – СПб.: Речь, 2012. – 416 с.
38. Юсупов, П. Связь пессимистического и оптимистического мироощущения с процессом индивидуализации [Электронный ресурс]. – Режим доступа <http://www.follow.ru/article/221>.
39. Beck, A.T. The measurement of pessimism: The Hopelessness Scale / A.T. Beck, A. Weissman, D. Lester, L. Trexler // Journal of Consulting and Clinical Psychology. – 1974. – 42. – P. 861-865.
40. Dember, W.N. A new instrument for measuring optimism and pessimism: Test-retest reliability and relations with happiness and religious commitment / W.N. Dember, J. Brooks // Bulletin of the Psychometric Society. – 1989. – Vol. 27. – P. 365-366.

41. Fibel, B. A generalized expectancy for success scale – a new measure / B. Fibel, W.D. Hale // *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. – 1978. –
42. Held, B.S. Stop Smiling, Start Kvetching: A 5-Step Guide to Creative Complaining / B.S. Held. – New York: St. Martin's Griffin – 2001. – 144 p.
43. Held, B.S. The Tyranny of the Positive Attitude in America: Observation and Speculation / B.S. Held // *Journal of Clinical Psychology*. –
44. Norem, J.K. The Positive Psychology of Negative Thinking / J.K. Norem, C.C. Chang // *Journal of Clinical Psychology*. – 2002. – Vol. 58. – № 9. – P. 993-1001.
45. Oliveira M.C. Enhancing optimism in the school context – a systems approach [Text] / M.C. Oliveira, M.J. Oliveira // 3rd European Conference on Positive Psychology (Portugal 3-6 July 2006). Book of Abstracts. Braga: University of Minho, 2006. – P. 51-59.
46. Peterson, C. The Future of Optimism / C. Peterson // *American Psychologist*, 2000. – V.55. – № 1. – P. 44-55.
47. Satterfield, M.J. Law School Performance Predicted by Explanatory Style / M.J. Satterfield, J. Monahan, M.E.P. Seligman // *Behavioral Sciences and the Law*. – 1997. – Vol. 15. – P.95-105.
48. Seligman, M.E.P. Depressive attributional style / M.E.P. Seligman, L.Y. Abramson, A. Semmel, C. von Baeyer // *Journal of Abnormal Psychology*. – 1979. – Vol. 88. – 242-247.
49. Sellers, R.M. Explanatory style and coping with controllable events by student athletes / R.M. Sellers, C. Peterson // *Cognition and Emotion*. – 1993. –
50. Sheier, M.F. Dispositional optimism and recovery from coronary artery bypass surgery: The beneficial effects on physical and psychological wellbeing / M.F. Sheier, K.A. Matthews, J.F. Owens, G.J. Magovern, R.C. Lefebvre, R.A.

Abbott, C.S. Carver // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1989. – Vol. 57. – P.1024-1040.

51. Vautier, S. Dimensionality of the Revised Life Orientation Test and the status of filler items / S. Vautier, E. Raufaste, M. Cariou // *International Journal of Psychology*. – 2003. – Vol. 38 – № 6. – P. 390–400.

ПРИЛОЖЕНИЯ

ПРИЛОЖЕНИЕ А

Тест жизненной ориентации (Life Orientation Test – LOT в адаптации Гордеевой – Сычёва - Осина)

Инструкция: Перед Вами будут представлены 12 утверждений и 5 вариантов ответа (*-Не согласен, - скорее не согласен, - ни да, ни нет, - скорее согласен, - полностью согласен*). Выберите один из вариантов ответа, с которым Вы согласны и отметьте его знаком «+». Постарайтесь отвечать так, чтобы ни один ответ на следующий вопрос не зависел от ответа на предыдущие.

| Утверждение | Не согласен | Скорее не согласен | Ни да, ни нет | Скорее согласен | Полностью согласен |
|-------------------------------------------------------------------|-------------|--------------------|---------------|-----------------|--------------------|
| 1. В неопределённых ситуациях я обычно верю, что всё будет хорошо | | | | | |
| 2. Меня не очень легко вывести из себя | | | | | |
| 3. От будущего я не жду ничего особенно хорошего | | | | | |
| 4. Я всегда во всём ищу позитив | | | | | |
| 5. Я всегда с оптимизмом смотрю в будущее | | | | | |

| | | | | | |
|------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|
| 6. Общение с друзьями доставляет мне удовольствие | | | | | |
| 7. Для меня важно всегда быть занятым | | | | | |
| 8. Я мало верю в то, что будущее будет хорошим | | | | | |
| 9. Я не строю особо оптимистичных планов на будущее | | | | | |
| 10. Меня нелегко расстроить | | | | | |
| 11. Я верю в то, что всё, что происходит - к лучшему | | | | | |
| 12. Я редко надеюсь, что со мной произойдёт что-то хорошее | | | | | |

ПРИЛОЖЕНИЕ Б

Методика диагностики учебной мотивации студентов

Инструкция: Оцените по 5-балльной системе, приведенные ниже, мотивы учебной деятельности по значимости для Вас: 1 балл соответствует минимальной значимости мотива, 5 баллов – максимальной. Поставьте цифру рядом с соответствующим пунктом на том же листе.

1. Учусь, потому что мне нравится избранная профессия.
2. Чтобы обеспечить успешность будущей профессиональной деятельности.
3. Хочу стать специалистом.
4. Чтобы дать ответы на актуальные вопросы, относящиеся к сфере будущей профессиональной деятельности.
5. Хочу в полной мере использовать имеющиеся у меня задатки, способности и склонности к выбранной профессии.
6. Чтобы не отставать от друзей.
7. Чтобы работать с людьми, надо иметь глубокие и всесторонние знания.
8. Потому что хочу быть в числе лучших студентов.
9. Потому что хочу, чтобы наша учебная группа стала лучшей в институте.
10. Чтобы заводить знакомства и общаться с интересными людьми.
11. Потому что полученные знания позволят мне добиться всего необходимого.
12. Необходимо окончить институт, чтобы у знакомых не изменилось мнение обо мне, как способном, перспективном человеке.
13. Чтобы избежать осуждения и наказания за плохую учебу.
14. Хочу быть уважаемым человеком учебного коллектива.
15. Не хочу отставать от сокурсников, не желаю оказаться среди отстающих.
16. Потому что от успехов в учебе зависит уровень моей материальной обеспеченности в будущем. 17. Успешно учиться, сдавать экзамены на «4» и «5».
18. Просто нравится учиться.
19. Попав в институт, вынужден учиться, чтобы окончить его.
20. Быть постоянно готовым к очередным занятиям.
21. Успешно продолжить обучение на последующих курсах, чтобы дать ответы на конкретные учебные вопросы.
22. Чтобы приобрести глубокие и прочные знания.
23. Потому что в будущем думаю заняться научной деятельностью по специальности.
24. Любые знания пригодятся в будущей профессии.
25. Потому что хочу принести больше пользы обществу.
26. Стать высококвалифицированным специалистом.
27. Чтобы узнавать новое, заниматься творческой деятельностью.
28. Чтобы дать ответы на проблемы развития общества, жизнедеятельности людей.
29. Быть на хорошем счету у преподавателей.
30. Добиться одобрения родителей и окружающих.
31. Учусь ради исполнения долга перед родителями, школой.
32. Потому что знания придают мне уверенность в себе.
33. Потому что от успехов в учебе зависит мое будущее служебное положение.
34. Хочу получить диплом с хорошими оценками, чтобы иметь преимущество перед другими.

ПРИЛОЖЕНИЕ В

Методика СТОУН-В

Эта методика предназначена для исследования уникальных аспектов Вашего мышления в различных ситуациях. Отвечайте первое, что приходит на ум. В анкете перечислены 24 события-ситуации. Ответьте на вопросы, следуя следующему алгоритму:

1. Представьте себе наглядно каждое событие, будто Вы его переживаете в данный момент.
2. Подумайте, какова **основная** причина произошедшей ситуации, если бы подобное произошло с Вами, и напишите развернутый ответ.
3. Для двух вопросов, которые следуют за Вашим ответом, обведите цифру от 1 до 6, которая обозначает Ваш ответ. Старайтесь избегать средних ответов.

Пример:

Вы опоздали на самолет (поезд).

«Это произошло потому, что

(укажите **одну** главную причину)

Причина, по которой я опоздал(а) на самолет (поезд):

| | | |
|--------------------------------|-------------|------------------------------|
| Больше никогда не возникнет | 1 2 3 4 5 6 | Будет существовать всегда |
|--------------------------------|-------------|------------------------------|

Эта причина:

| | | |
|---------------------------------|-------------|---------------------------------|
| Находится вне моего контроля | 1 2 3 4 5 6 | Полностью контролируема мной |
|---------------------------------|-------------|---------------------------------|

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>1. Вы получили прибавку к заработной плате. «Это произошло потому, что</p> <hr/> <p>(укажите одну главную причину) Причина, по которой я получил(а) прибавку: Больше никогда не возникнет 1 2 3 4 5 6 Будет существовать всегда</p> <p>Эта причина: Находится вне моего контроля 1 2 3 4 5 6 Полностью контролируется мной</p> <p>2. Проект, за который Вы отвечали, провалился. «Это произошло потому, что</p> <hr/> <p>Причина, по которой проект провалился, связана: Только с конкретной ситуацией 1 2 3 4 5 6 Со всеми ситуациями в моей жизни</p> <p>Эта причина: Больше никогда не возникнет 1 2 3 4 5 6 Будет существовать всегда Контроля</p> <p>3. Друг/подруга благодарит вас за поддержку в трудное для него/нее время. «Это произошло потому, что</p> <hr/> <p>Причина, по которой друг поблагодарил меня, связана: Только с конкретной ситуацией 1 2 3 4 5 6 Со всеми ситуациями в моей жизни</p> <p>Эта причина: Больше никогда не возникнет 1 2 3 4 5 6 Будет существовать всегда Контроля</p> | <p>4. Товарищи по работе не воспринимают ваши новые идеи. «Это связано с тем, что</p> <hr/> <p>(укажите одну главную причину) Причина, по которой мои идеи не воспринимаются, связана: Только с конкретной ситуацией 1 2 3 4 5 6 Со всеми ситуациями в моей жизни</p> <p>Эта причина: Больше никогда не возникнет 1 2 3 4 5 6 Будет существовать всегда</p> <p>5. Поклонник (поклонница) приглашает Вас на свидание. «Это произошло потому, что</p> <hr/> <p>Причина, по которой Вас пригласили на свидание, связана: Только с конкретной ситуацией 1 2 3 4 5 6 Со всеми ситуациями в моей жизни</p> <p>Эта причина: Находится вне моего контроля 1 2 3 4 5 6 Полностью контролируется мной</p> <p>6. Вы выступаете с важным докладом, и аудитория реагирует на Ваше выступление негативно. «Это произошло потому, что</p> <hr/> <p>Причина, по которой я получил(а) негативную реакцию на свое выступление: Больше никогда не возникнет 1 2 3 4 5 6 Будет существовать всегда</p> <p>Эта причина: Находится вне моего контроля 1 2 3 4 5 6 Полностью контролируется мной</p> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

7. Вы подарили другу/подруге подарок, который ему/ей необычайно понравился. «Это произошло потому, что

Причина, по которой другу понравился подарок, связана:

Только с конкретной ситуацией 1 2 3 4 5 6

Со всеми ситуациями в моей жизни

Эта причина:

Находится вне моего

1 2 3 4 5 6
Полностью

Контроля

контролируема

мною

Контроля

8. В течение некоторого времени Вы безуспешно пытались найти работу.

«Это связано с тем, что

Причина, по которой я безуспешно пытался(лась) найти работу, связана:

Только с конкретной ситуацией 1 2 3 4 5 6

Со всеми ситуациями в моей жизни

Эта причина:

Находится вне моего

1 2 3 4 5 6
Полностью

Контроля

контролируема

мною

Контроля

9. Вы встречаете знакомого, который разговаривает с Вами враждебно.

«Это произошло потому, что

Причина, по которой знакомый разговаривает со мной враждебно, связана:

Только с конкретной ситуацией 1 2 3 4 5 6

Со всеми ситуациями в моей жизни

Эта причина:

Больше никогда

не возникнет 1 2 3 4 5 6

Будет существовать

мною

10. Вы идете на свидание, и оно проходит неудачно.

«Это произошло потому, что

Причина, по которой свидание прошло неудачно, связана:

Только с конкретной ситуацией 1 2 3 4 5 6

Со всеми ситуациями в моей жизни

Эта причина:

Находится вне моего

1 2 3 4 5 6
Полностью

контролируема

мною

11. Вы не можете сделать всю работу, которую должны были выполнить к определенному сроку.

«Это произошло потому, что

Причина, по которой я не выполнил(а) работу:

Больше никогда

не возникнет 1 2 3 4 5 6

Будет существовать всегда

Эта причина:

Находится вне моего

1 2 3 4 5 6
Полностью

контролируема

мною

12. Вы претендуете на место/позицию, о котором давно мечтали (важная работа, аспирантура и т.п.), и получаете его.

«Это произошло потому, что

Причина, по которой я получил(а)

это место, связана:

Только с конкретной ситуацией 1 2 3 4 5 6

Со всеми ситуациями

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| всегда | в моей жизни |
| <p>13. Вы получили негативный отзыв от уважаемого коллеги. «Это произошло потому, что</p> <hr/> <p>Причина, по которой я получил(а) негативный отзыв, связана: Только с конкретной ситуацией 1 2 3 4 5 6</p> <p style="text-align: right;">Со всеми ситуациями в моей жизни</p> <p>Эта причина: Находится вне моего Контроля 1 2 3 4 5 6</p> <p style="text-align: right;">Полностью</p> <p>контролируема мной</p> | <p>Эта причина: Находится вне моего Контроля 1 2 3 4 5 6</p> <p style="text-align: right;">Полностью</p> <p>контролируема мной</p> <p>16. Вы сдаете важный экзамен и проваливаетесь. «Это произошло потому, что</p> <hr/> <p>Причина, по которой я провалился(лась) на экзамене, связана: Только с конкретной ситуацией 1 2 3 4 5 6</p> <p style="text-align: right;">Со всеми ситуациями в моей жизни</p> <p>Эта причина: Находится вне моего Контроля 1 2 3 4 5 6</p> <p style="text-align: right;">Полностью</p> <p>контролируема мной</p> |
| <p>14. Разговаривая по телефону с другом (подругой), вы поссорились. «Это произошло потому, что</p> <hr/> <p>Причина, по которой мы поссорились, связана: Только с конкретной ситуацией 1 2 3 4 5 6</p> <p style="text-align: right;">Со всеми ситуациями в моей жизни</p> <p>Эта причина: Больше никогда не возникнет 1 2 3 4 5 6</p> <p style="text-align: right;">Будет существовать всегда</p> | <p>17. Вы встречаете друга/подругу, который(ая) делает вам комплимент по поводу того, как Вы выглядите. «Это произошло потому, что</p> <hr/> <p>Причина, по которой друг (подруга) сделал(а) мне комплимент: Больше никогда не возникнет 1 2 3 4 5 6</p> <p style="text-align: right;">Будет существовать всегда</p> <p>Эта причина: Находится вне моего Контроля 1 2 3 4 5 6</p> <p style="text-align: right;">Полностью</p> <p>контролируема мной</p> |
| <p>15. Вы заработали крупную сумму денег. «Это произошло потому, что</p> <hr/> <p>Причина, по которой я заработал(а) много денег: Больше никогда не возникнет 1 2 3 4 5 6</p> <p style="text-align: right;">Будет существовать всегда</p> <p>Эта причина: Находится вне моего Контроля 1 2 3 4 5 6</p> <p style="text-align: right;">Полностью</p> | <p>18. Вы не получили ожидаемого повышения. «Это произошло потому, что</p> <hr/> |

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>контролируема мною</p> | <p>Причина, по которой я не получил(а) ожидаемого повышения, связана: Только с конкретной ситуацией 123456 Со всеми ситуациями в моей жизни</p> |
| <p>19. Ваш друг давно не звонил Вам. «Это произошло потому, что _____ _____»</p> <p>Причина, по которой друг давно мне не звонил, связана: Только с конкретной ситуацией 123456 Со всеми ситуациями в моей жизни</p> <p>Эта причина: Находится вне моего контроля 1 2 3 4 5 6 Полностью контролируема мною</p> | <p>Эта причина: Находится вне моего контроля 1 2 3 4 5 6 Полностью контролируема мною</p> <p>22. Ваш сын (дочь) принес(ла) из школы неудовлетворительную оценку. «Это произошло потому, что _____ _____»</p> <p>Причина, по которой мой сын (дочь) принес неудовлетворительную оценку: Больше никогда не возникнет 1 2 3 4 5 6 Будет существовать всегда</p> |
| <p>20. Вас сняли с важной должности. «Это произошло потому, что _____ _____»</p> <p>Причина, по которой меня сняли с важной должности: Больше никогда не возникнет 1 2 3 4 5 6 Будет существовать всегда</p> <p>Эта причина: Находится вне моего контроля 1 2 3 4 5 6 Полностью контролируема мною</p> | <p>Эта причина: Находится вне моего контроля 1 2 3 4 5 6 Полностью контролируема мною</p> <p>23. Вы получаете престижную награду. «Это произошло потому, что _____ _____»</p> <p>Причина, по которой я получил(а) награду, связана: Только с конкретной ситуацией 123456 Со всеми ситуациями в моей жизни</p> |
| <p>21. Вы успешно сдали важный экзамен. «Это произошло потому, что _____ _____»</p> <p>Причина, по которой я успешно сдал(а) важный экзамен, связана: Только с конкретной ситуацией 123456 Со всеми ситуациями в моей жизни</p> | <p>Эта причина: Находится вне моего контроля 1 2 3 4 5 6 Полностью контролируема мною</p> <p>24. На вечеринке гости в один голос расхваливают блюдо, которое Вы</p> |

| | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Эта причина: Больше никогда не возникнет 1 2 3 4 5 6</p> <p style="text-align: right;">Будет существовать всегда</p> | <p>приготовили сами. «Это произошло потому, что</p> <hr/> <hr/> <p>Причина, по которой гости расхваливают блюдо: Больше никогда не возникнет 1 2 3 4 5 6</p> <p style="text-align: right;">Будет существовать всегда</p> <p>Эта причина: Находится вне моего Контроля 1 2 3 4 5 6</p> <p style="text-align: right;">Полностью</p> <p>контролируема мной</p> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

