

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Лукашевич М. І. Ціннісні орієнтації студентів як чинник професійного самовизначення // Психологічний журнал. – 2016. – № 2(8). – С. 45–49.
2. Карпінська Н. М. Формування професійних цінностей майбутніх психологів у процесі навчання у вищій школі // Наукові записки НаУКМА. Педагогіка і психологія. – 2018. – Т. 1(2). – С. 38–43.
3. Романюк І. Є. Педагогічні умови формування етичної культури студентів-психологів // Проблеми сучасної психології. – 2020. – № 50. – С. 234–243.
4. Титаренко О. В. Рефлексія як чинник розвитку професійної ідентичності майбутнього психолога // Психологія і суспільство. – 2017. – № 3. – С. 120–127.
5. Чекаленко Л. С. Вплив практичної підготовки на становлення гуманістичних цінностей у студентів спеціальності «Психологія» // Вісник Черкаського університету. Серія: Педагогічні науки. – 2019. – № 4. – С. 112–117.

ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІЇ НАВЧАННЯ ТА АМОЕФЕКТИВНОСТІ ПІДЛІТКІВ

Семко К. В.

Полтавський національний педагогічний університет

імені В. Г. Короленка

keterina2309@gmail.com

Актуальність дослідження. Сучасна освітня ситуація потребує нового погляду на підлітковий вік як на період, у якому відбувається не лише адаптація до зростання вимог навчального процесу, але й інтенсивне становлення самооцінки, автономії, цілепокладання та ставлення до себе як до суб'єкта діяльності. Зміни в освітньому середовищі, що супроводжуються зростанням інформаційного навантаження, цифровою інтеграцією й зрушенням акцентів у

педагогіці в бік самостійного здобуття знань, вимагають не просто функціонального залучення учнів до навчання, а глибокого внутрішнього мотивування. У цьому контексті мотивація до навчання постає не як технічне налаштування активності, а як складна психологічна структура, тісно пов'язана з самоусвідомленням, ціннісними орієнтаціями, відчуттям компетентності та впевненістю у власних діях.

Особливу увагу в цьому віковому періоді привертає феномен само-ефективності – суб'єктивної переконаності у здатності досягати результатів у навчальній діяльності. Само-ефективність, яка формується в підлітковому віці, відіграє суттєву роль у збереженні інтересу до навчання, у підтримці зусиль у складних ситуаціях, у здатності самостійно визначати освітні цілі та відповідати за їх досягнення. При цьому у багатьох підлітків спостерігається розрив між реальними навчальними можливостями та їх власним уявленням про себе, що впливає на рівень внутрішньої мотивації, стійкість до труднощів і готовність до тривалої пізнавальної діяльності [3].

Крім того, у сучасних умовах змінилися й соціальні орієнтири, на основі яких учні будують свої мотиви. Все частіше спостерігається перевага зовнішніх чинників: очікувань дорослих, оцінок, формальних результатів. Це знижує значущість особистісно значущих цілей, які мають підтримувати навчальну активність у довготривалій перспективі. У зв'язку з цим важливим стає завдання не лише діагностики, але й глибокого осмислення механізмів формування навчальної мотивації та само-ефективності, їх взаємозв'язків, ресурсів і вразливих місць у підлітковому віці.

Виклад основного матеріалу. Мотивація навчальної діяльності в підлітковому віці розглядається як психологічна система, що формується в процесі особистісного становлення та поступово набуває більшої внутрішньої цілісності. Її особливість полягає в тому, що вона поєднує як емоційно-ціннісні орієнтири, так і пізнавальні, соціальні, прагматичні мотиви, що часто вступають у взаємодію або суперечність. У цьому віці дитина поступово переходить від

зовнішніх стимулів до більш усвідомлених форм регуляції своєї поведінки, але водночас ще недостатньо володіє стійкими механізмами саморегуляції. Це створює особливий психологічний фон для аналізу навчальної мотивації [5].

Суттєву роль у формуванні мотиваційної сфери відіграє здатність підлітка оцінювати власні дії як ефективні або неефективні. Ідея само-ефективності, яку актуалізує А. Бандура, дає змогу розглянути процес учіння не лише як засвоєння знань, а як діяльність, у якій суб'єкт формує ставлення до себе як до компетентного виконавця. Емпіричні дослідження, зокрема ті, що представлені в монографії за ред. Н. Пророк, показують, що відчуття здатності впоратися з навчальним завданням є важливішим за фактичні знання для збереження внутрішньої мотивації. Навчальна мотивація втрачає свою функціональність, коли підліток сприймає себе як неуспішного, навіть за умов достатнього рівня когнітивного розвитку [3].

Важливою умовою формування само-ефективності є позитивний досвід подолання труднощів, соціальна підтримка, а також чітке розуміння зв'язку між зусиллями та результатами. У цьому контексті значення має стиль педагогічної взаємодії: авторитарне оцінювання, порівняння з іншими та знецінення зусиль підлітка знижують як віру в себе, так і готовність докладати зусилля в майбутньому. Водночас створення умов, у яких підліток може бачити власний поступ, порівнюючи себе з собою в минулому, істотно зміцнює як внутрішню мотивацію, так і само-ефективність. Як зазначає Т. Чаусова, на етапі активного формування особистості саме визнання з боку дорослих і однолітків створює сприятливий простір для зміцнення мотиваційної структури [2].

Дослідження свідчать про існування чітких зв'язків між провідним типом мотивації та рівнем само-ефективності. Учні з домінуванням внутрішньої мотивації мають вищі показники усвідомлення власного навчального потенціалу, краще планують навчальну діяльність, демонструють вищу автономність і саморегуляцію. Натомість у підлітків, які орієнтуються на зовнішнє схвалення, навчальні дії часто стають реактивними, короткотривалими, з низьким рівнем

емоційного залучення [4].

Окреме місце посідає вплив цифрового середовища на мотиваційну сферу підлітка. Середовище соціальних мереж і миттєвого зворотного зв'язку формує в учнів очікування швидких результатів, що часто не узгоджується з природою навчального процесу. Через це сприйняття навчання як довготривалої, внутрішньо організованої діяльності ускладнюється. Таке середовище також переорієнтовує підлітків із глибинного засвоєння знань на демонстрацію зовнішніх ознак успіху, що віддаляє їх від формування реалістичних оцінок своїх можливостей і знижує довіру до внутрішніх джерел мотивації [1].

Разом із цим, в освітньому процесі недостатньо реалізуються потенціали індивідуалізованого підходу до учня, урахування рівня його само-ефективності як основи для формування дієвих стратегій навчання. На практиці це призводить до нерівномірного розвитку пізнавальної активності, коли одні учні легко долають труднощі, а інші демонструють емоційне виснаження навіть за відносно простих завдань. Як засвідчують дані психологічних обстежень, рівень самооцінки й очікувань від себе в підлітковому віці є вирішальними у виборі стратегій навчальної поведінки, ігнорування яких веде до ризиків внутрішнього відторгнення освітньої діяльності як такої.

Висновки. Аналіз мотиваційної сфери підлітків у поєднанні з характеристиками само-ефективності дозволяє окреслити внутрішню логіку освітньої активності сучасного школяра як процесу, що ґрунтується не лише на когнітивних ресурсах, а передусім на здатності суб'єкта усвідомлювати, планувати й емоційно підтримувати власну навчальну поведінку. Мотивація та віра у власні можливості виявляються не окремими характеристиками, а компонентами єдиного психологічного контуру саморозвитку, що особливо виразно проявляється у підлітковому віці – віці пошуку ідентичності, порівнянь, чутливості до соціального контексту.

Недостатність внутрішньої мотивації часто супроводжується залежністю від зовнішньої оцінки, страхом помилки, уникненням відповідальності, що в

сукупності з низьким рівнем само-ефективності формує в учнів установку на уникнення зусиль. У таких випадках зростає роль педагога як посередника між навчальним завданням і можливістю суб'єкта повірити у власну здатність його виконати. Якщо освітнє середовище сприймається учнем як підтримуюче й таке, що визнає поступ навіть у малих досягненнях, мотивація відновлює внутрішню динаміку.

Педагогічна практика потребує більшої уваги до латентних, емоційно забарвлених компонентів навчальної діяльності, які не завжди піддаються формальному оцінюванню, проте істотно впливають на стабільність залучення, здатність до подолання труднощів і формування довготривалих освітніх намірів. У цьому сенсі само-ефективність не є похідною від успішності, а навпаки – чинником, що багато в чому визначає її. Відтак дослідження механізмів формування впевненості в навчальній діяльності та її зв'язків із мотиваційною сферою потребує подальшого поглиблення і має бути враховане як на рівні теорії, так і в реальному освітньому процесі.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Гальцева Т. О. Особливості становлення навчальної само-ефективності в підлітковому та юнацькому віці. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2017. Вип. 1(2). С. 145–148.
2. Чаусова Т. В. Особливості формування мотиваційної сфери навчання підлітків. *Вісник післядипломної освіти*. 2018. №6(35). С. 121–134.
3. Пророк Н. В., Кондратенко Л. О., Манилова Л. М. та ін. *Психологічна діагностика мотивації особистості до навчання в умовах інформаційного суспільства : монографія / за ред. Н. В. Пророк*. Київ : Видавничий Дім «Слово», 2020. 131 с.
4. Бочаріна Н. В. Особливості мотивації до навчання сучасних підлітків. *Humanitarium*. 2020. Вип. 44(1). С. 15–25.
5. Щербан Т. Д., Гоблик В. В., Щербан Г. В. Психологічні особливості навчальної мотивації підлітків. *Науковий вісник Мукачівського державного*

ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ЯК ФЕНОМЕН

Сидоренко Л.В.

*Полтавський національний педагогічний
університет імені В. Г. Короленка*

lesyabarylo@gmail.com

Науковий керівник –Л.Г. Перетяцько

Однією з ключових характеристик сучасного соціокультурного середовища є нестабільність соціального життя, зміни в системі цінностей, а також трансформації міжособистісних відносин і професійної діяльності. Ці фактори істотно впливають на особистість і її психологічне благополуччя. В останні роки посилюється інтерес до вивчення психологічного здоров'я молоді в Україні, оскільки воно має стратегічне значення для розвитку суспільства. За даними ВООЗ, психічні та поведінкові розлади є поширеним явищем і можуть зачепити до 25% людей у певні періоди їхнього життя.

Актуальність дослідження психологічного здоров'я молоді обумовлена необхідністю створення ефективних заходів для його зміцнення та підтримки. Визначальними факторами, що впливають на рівень психологічного благополуччя, є економічна ситуація, соціальні умови, рівень підтримки з боку оточення та здатність особистості адаптуватися до сучасного світу. Науковці розрізняють поняття психічного та психологічного здоров'я: перше пов'язане з нормальним функціонуванням психічних процесів, тоді як друге визначає гармонійний розвиток особистості, її духовний та соціальний потенціал [1, с. 12].

Чинники, що негативно впливають на психологічне здоров'я, включають соціальну ізоляцію, насильство, булінг, недостатній рівень соціальної підтримки, конфлікти в освітньому середовищі та невизначеність майбутнього. Накопичення стресових ситуацій сприяє емоційному та фізіологічному напруженню, що може