

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ  
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ**

**КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА**

на тему: **ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК РІВНЯ ТРИВОЖНОСТІ ТА МОТИВАЦІЇ  
НАВЧАННЯ СТУДЕНТІВ ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ**

Виконала: студентка 2 курсу, групи 8.0532-з-3  
спеціальності 053– Психологія  
Хорошун Вікторія Василівна  
Керівник: к.психол.н., доцент кафедра  
психології Губа Н. О.  
Рецензент: к.психол.н., доцент кафедра  
психології Железнякова Ю.В.

Запоріжжя – 2023

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології  
Кафедра психології  
Рівень вищої освіти магістр  
Спеціальність 053 Психологія  
Освітня програма Психологія

**ЗАТВЕРДЖУЮ**  
Завідувач кафедри

\_\_\_\_\_

к.психол.н., доцент. Н.О. Губа  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023  
р.

**ЗАВДАННЯ**  
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ  
Хорошун Вікторії Василівні

Тема роботи Взаємозв'язок рівня тривожності та мотивації навчання студентів під час воєнного стану

керівник роботи Губа Н. О. к.психол.н., доцент кафедри психології

затверджені наказом ЗНУ від «26» 09 2023 року № 1504-с

2. Строк подання студентом роботи \_\_\_\_\_
3. Вихідні дані до роботи аналіз психолого-педагогічної літератури
4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки: провести теоретичний аналіз поняття тривожності та його впливу на мотивацію до навчання студентів під час воєнного стану; емпірично дослідити взаємозв'язок рівня тривожності та мотивації навчання студентів під час воєнного стану; надати психологічні рекомендації для студентів щодо підвищення мотивації до навчання під час воєнного стану.
5. Перелік графічного матеріалу: 2 таблиці, 4 малюнки.

## 6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання Видав	Завдання прийняв
Вступ	Губа Н.О., доцент		
Розділ 1	Губа Н.О., доцент		
Розділ 2	Губа Н.О., доцент		
Розділ 3	Губа Н.О., доцент		
Висновки	Губа Н.О., доцент		

7. Дата видачі завдання \_\_\_\_\_

## КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	січень-лютий 2023 р.	Виконано
2	Робота над вступом	березень 2023 р.	Виконано
3	Робота над першим розділом	квітень-травень 2023 р.	Виконано
4	Робота над другим розділом	липень 2023 р.	Виконано
5	Робота над третім розділом	червень -серпень 2023 р.	Виконано
6	Написання висновків	вересень 2023 р.	Виконано
7	Передзахист	жовтень 2023 р.	Виконано
8	Нормоконтроль	листопад 2023 р.	Виконано

Студент \_\_\_\_\_ В.В. Хорошун

Керівник роботи \_\_\_\_\_ Н.О. Губа

**Нормоконтроль пройдено**

**Нормоконтролер** \_\_\_\_\_ О. М. Грединарова

## РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: 49 сторінок – вступ, два розділи, висновки, список використаних джерел – 67 найменувань, 2 таблиці, 4 рисунки, 4 додатки.

Об'єкт дослідження – мотивація до навчання студентів під час воєнного стану.

Предмет дослідження – взаємозв'язок рівня тривожності та мотивації навчання студентів під час воєнного стану.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити взаємозв'язок рівня тривожності та мотивації навчання студентів під час воєнного стану.

Завдання: провести теоретичний аналіз поняття тривожності та його впливу на мотивацію до навчання студентів під час воєнного стану; емпірично дослідити взаємозв'язок рівня тривожності та мотивації навчання студентів під час воєнного стану; надати психологічні рекомендації для студентів щодо підвищення мотивації до навчання під час воєнного стану.

Методи статистично-математичної обробки даних: здійснювалася за допомогою програми Microsoft Excel. Для обробки даних емпіричного дослідження використано кореляцію за Пірсоном. Для визначення довірливого інтервалу провели перетворення за критерієм Фішера.

Практичне значення у тому, що було проведено психодіагностичні методики, які виявили взаємозв'язок рівня тривожності та мотивації навчання студентів під час воєнного стану. Надано рекомендації щодо стабілізації стану тривожності студентів та підвищення мотивацію до навчання під час воєнного стану.

**МОТИВАЦІЯ, ВОЄННИЙ СТАН, НАВЧАННЯ, СТУДЕНТИ, РІВЕНЬ ТРИВОЖНОСТІ.**

## SUMMARY

Khoroshun V.V. Correlation between Students' Anxiety Level and Learning Motivation during Martial Law.

Master's qualification thesis: 49 pages - introduction, two chapters, conclusions, list of used sources - 67 titles, 2 tables, 4 figures, 4 appendices.

The object of the study is student motivation to study during martial law.

The subject of the study is the relationship between the level of anxiety and motivation of students during martial law.

The purpose of the study is to theoretically substantiate and empirically investigate the relationship between the level of anxiety and the motivation of students to study during martial law.

The task: to conduct a theoretical analysis of the concept of anxiety and its influence on the motivation to study of students during martial law; to empirically investigate the relationship between the level of anxiety and the motivation of students to study during martial law; provide psychological recommendations for students to increase motivation to study during martial law.

Methods of statistical and mathematical data processing: it was carried out using the Microsoft Excel program. The Pearson correlation was used to process the data of the empirical study. To determine the confidence interval, transformation was carried out according to Fisher's test.

The practical significance is that psychodiagnostic methods were carried out, which revealed the relationship between the level of anxiety and the motivation of students to study during martial law. Recommendations are given to stabilize students' anxiety and increase motivation to study during martial law.

MOTIVATION, MARTIAL STATE, LEARNING, STUDENTS, ANXIETY LEVEL.

## ЗМІСТ

ВСТУП.....	7
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЇ НАВЧАННЯ СТУДЕНТІВ ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ.....	10
1.1. Теоретичний аналіз понять «мотив» та «мотивація» у психологічній літературі.....	10
1.2. Актуальні проблеми мотивації студентів до навчання в умовах воєнного стану.....	17
1.3. Психологічні причини виникнення тривожності у студентів, як внутрішнього фактору, що впливає на мотивацію до навчання.....	24
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ РІВНЯ ТРИВОЖНОСТІ ТА МОТИВАЦІЇ НАВЧАННЯ СТУДЕНТІВ ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ.....	30
2.1. Організація дослідження та обґрунтування вибору діагностичних методів.....	30
2.2. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження впливу рівня тривожності на мотивацію до навчання студентів під час воєнного стану.....	32
2.3. Психологічні рекомендації для студентів щодо підвищення мотивації до навчання під час воєнного стану.....	37
ВИСНОВКИ.....	40
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	42
ДОДАТКИ.....	50

## ВСТУП

Воєнний стан, в якому перебуває наша країна з 24 лютого 2022 року, до того пандемія COVID-19 змінили темп та ритм життя у всіх сферах, у тому числі і в освітній. Це спонукало заклади вищої освіти відповідно до урядових розпоряджень перевести освітній процес на дистанційну форму, що уможливило забезпечити принцип безперервної освіти і здатність задовольнити постійно зростаючий попит на знання в інформаційному суспільстві в умовах сьогодення. Це, у свою чергу, кардинально змінило спосіб та умови отримання знань студентами. Такі істотні зміни у життя студентів неодмінно вплинули на стан їх психічного здоров'я. Постійне перебування у ситуації невизначеності провокують виникнення емоційного дисбалансу, страхів, тривожності та негативно впливають на мотивацію до навчання.

Ця проблема для науки не є новою, але наразі вона дуже актуальна. Великий внесок у розвиток теоретичних і практичних аспектів дослідження теми мотивації стали експерименти Елтона Мейо, праці Фредеріка Тейлора, теорії за Абрагамом Маслоу [58], Фредеріком Герцбергом [62], Лоулерем Портером, Дуглас Мак-Грегорем та іншими. Вивчали мотиваційну складову як компонент навчальної діяльності, такі українські науковці, як Пророк Н.В. [38], Левченко Т.І. [30], Бондар Л.В. [5], Максименко С.Д. [22], Кудріна Т.С. [18], Макаренко Н.М. [21], Третяк О.М. [48], Толлок Д.В. [46] Ковальова О.В. [1] та інші.

Внутрішні чинники, що впливають на мотивацію, наприклад, виникнення тривожності досліджували такі вітчизняні і зарубіжні вчені: Блохіна І.О. [2], Сидоренко Ж.В. [41], Барабашук Г.В., Хом'як А.О., С. Гроф, К. Роджерс, Г. Салліван, Б. Філіпс, К. Горні та інші.

Разом з тим, безпосередньо взаємозв'язок рівня тривожності та мотивації навчання студентів, незважаючи на актуальність, не досліджувався цілісно і не ставав предметом спеціального вивчення науковців.

Об'єкт дослідження: мотивація до навчання студентів під час воєнного стану.

Предмет дослідження: взаємозв'язок рівня тривожності та мотивації навчання студентів під час воєнного стану.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити взаємозв'язок рівня тривожності та мотивації навчання студентів під час воєнного стану.

Гіпотеза дослідження:

теоретична: полягає у припущенні про те, що на зниження мотивації студентів до навчання впливає високий рівень ситуаційної тривожності, обумовлені воєнним станом.

емпірична: існує зв'язок рівня ситуаційної тривожності та мотивації навчання студентів під час воєнного стану.

Враховуючи мету і гіпотезу дослідження, визначено наступні завдання:

- провести теоретичний аналіз поняття тривожності та його впливу на мотивацію до навчання студентів під час воєнного стану;
- емпірично дослідити взаємозв'язок рівня тривожності та мотивації навчання студентів під час воєнного стану;
- надати психологічні рекомендації для студентів щодо підвищення мотивації до навчання під час воєнного стану.

Для реалізації поставлених завдань було використано такі методи дослідження: теоретичні – аналіз, синтез, порівняння, абстрагування, узагальнення, систематизація наукової літератури з проблеми тривожності та мотивації студентів під час воєнного стану; емпіричні – Методика діагностики мотивації до успіху (Т. Елерса), Шкала тривожності (Шкала Тейлора, адаптація М.М. Пейсахова).



Методи статистично-математичної обробки даних: здійснювалася за допомогою програми Microsoft Excel. Для обробки даних емпіричного дослідження використано кореляцію за Пірсоном. Для визначення довірливого інтервалу провели перетворення за критерієм Фішера.

Практичне значення у тому, що було проведено психодіагностичні методики, які виявили взаємозв'язок рівня тривожності та мотивації навчання студентів під час воєнного стану. Надано рекомендації щодо стабілізації стану тривожності студентів та підвищення мотивацію до навчання під час воєнного стану.

# РОЗДІЛ 1

## ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЇ НАВЧАННЯ СТУДЕНТІВ ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ

### 1.1. Теоретичний аналіз понять «мотив» та «мотивація» у психологічній літературі

Дослідження психологічної літератури, присвяченої проблемі мотивації показує, що мотивація виступає, як одна із центральних проблем сфери психології. Все це відбувається через вивчення впродовж навчальної діяльності досліджень та теорій відомих авторів, які часто торкаються питання мотивів та активності людини. Відповідно, навчальна діяльність посідає першочергове місце у мотиваційній будові, адже мотиви, що стосуються навчання при набутті індивідуальністю досвіду є першими, що підсилюють нашу активність до певного роду діяльності.

З позиції методології мотивація складна психологічна проблема, яка включає в себе не лише мотивацію, але й мотиви, потреби, інтереси, прагнення, переконання, установки, ситуативні фактори та полімотивованість мети, тобто все, що наближене до цієї тематики [10]. Термін «мотивація», як в українській, так і у світовій літературі психологічної науки має багату історію. За кордонами розвитку теорій мотивації та мотивів, виділяються два найосновніші підходи стосовно їхнього пояснення. У першому підході, спостерігається зв'язок розуміння мотиву та мотивації, тобто стійких диспозицій особистості, які є регуляторами нашої поведінки в різноманітних ситуаціях. Другий підхід, характеризує мотивацію та мотиви, як ситуаційні інваріанти, що підкреслюють манери поведінки людей.

Відомо, що так само, як «мотивація», «мотив» тлумачиться не однозначно. Поняття «мотив» розуміється, як:

- усвідомлена причина, що лежить в основі вибору дій і вчинків особистості;

- предмет (ідеалізований, або матеріальний), який визначає та спонукає вибір напряму діяльності;

- спонукальні чинники, які відповідають за задоволення потреб, тобто це вся сукупність внутрішніх чи зовнішніх умов, що в свою чергу викликають нашу активність та з'ясовують спрямованість [24].

Серед іноземних науковців, що зробили значний внесок у розвиток теорії та практики мотивації слід відзначити Ф. Гілберта, Л. Гілберта, Е. Мейо, О. Шелдона, Ф. Тейлора, Т. Емерсона та інших. Серед українських вчених, які також старанно працювали над мотивацією, відзначимо: Бондар Л., Левченко Т., Кудріна Т. та Третяк О.

Первинні теорії мотивації – походили з історичного досвіду людей та їхньої поведінки. При цьому вивчалися стимули морального заохочення, примусу та матеріальної складової. Як приклад, для всіх є відома теорія «батога та пряника», яка є ефективною до сьогодні. Суть «батога» полягала у вигнанні з країни, або страху смерті, а «пряником» вважалася свобода та воля у власних діях та спілкування із особами по господарстві [8, 16, 18].

Щодо змістовної групи мотивації, то вона поділялася на групи потреб: Теорія потреб Абрагама Маслоу, теорія зв'язку та існування Клейтона Альдерфера, набутих потреб Девіда Мак-Клелланда, двохфакторна Фредеріка Герцберга [58, 60, 62].

Теорія потреб Абрагама Маслоу покладається на біхевіоризм (поведінка людини та способи впливу на неї). Теорія прописує свої позиції:

- 1) люди за своєю природою мають постійне відчуття потреби;
- 2) вони можуть їх об'єднувати у певні групи;
- 3) потреби слідує за ієрархією;
- 4) коли людські потреби не задовільні, тоді людина повинна діяти;
- 5) при сповна задоволеній потребі і її місце може зайняти інша більш важливіша потреба;

- 6) потреби мають в першу чергу бути задоволеними;
- 7) потреби вищого рівня починають бути активними лише після задоволених нижчих потреб;
- 8) потреби високого рівня можуть бути задоволені більшою кількістю способів, ніж нижчого.

З цього виходить, що за теорією Абрагама Маслоу існує п'ять відомих груп потреб:

- 1) фізіологічні (їжа, вода, повітря, одяг, тепло, секс...);
- 2) безпеки та захищеності (захист людини від небезпеки, як фізичної так і психологічної);
- 3) соціальні (причетність до соціальних груп таких, як: сім'я, школа, університет, трудовий колектив);
- 4) поваги та визнання (повага від оточення та самоповага);
- 5) самовираження (втілення власних задумів у життя).

Теорія існування, зв'язку та росту Клейтона Альдерфера показує нам те, що потреби, які завжди виникають у людини можна розділити на три групи: зв'язку, росту та існування. Дана теорія є дуже схожою із ієрархією потреб Абрагама Маслоу [58]. В свою чергу автор вважав, що потреби можуть вставати на місце одна одної, тобто якщо не задоволена одна, то на її місце може встати та, яка задоволена, перехід з вищих потреб на нижчі.

Теорія набутих потреб Девіда Мак-Клелланда, яка пов'язана із впливом на поведінку людей потреб досягнення, участі та влади. Потреба в досягненні – виражається людиною, коли вона має мету і хоче досягти її швидше та краще, ніж вона це робила раніше. Люди із такою особливістю націлені на якісну працю із всім її обсягом. Також не люблять ділитися результатами своєї роботи з іншими, більш схильні до прояву індивідуальності. Потреба в участі – це тоді, коли людина хоче мати дружні відносини із оточуючими. Люди з такою потребою прагнуть до хороших відносин, отримання підтримки, похвали, і їй сильно турбує питання: «А що про мене думають інші». Потреба влади спостерігається в людини, коли вона постійно прагне

контролю над всім і всіма. Такі особистості мають високий мотиваційний рівень і поділяються в свою чергу на 2 групи: «Бажають бути при владі заради влади»; «Хочуть бути при владі задля користі на досягнення цілі в організації».

Теорія 2-ох факторів Фредеріка Герцберга – її прийнято вважати «ною моделлю мотивації», оскільки згідно з нею виявлені фактори, що впливали на роботу людини. Психолог поділив чинники роботи на мотивуючі та гігієнічні [62].

Отже, тема мотивів та мотивації була актуальною завжди і досліджувалася багатьма відомими науковцями. Поняття мотивації та мотивів були розкритими ще на самому початку становлення психологічної науки. Так, В. Вундт розбирався в питанні мотивів і дійшов до висновку, що їх частина вольового акту складається із почуттів та уявлень, бо уявлення є спонукальними чинниками до діяльності та почуття виступають руйнуючою силою. Діяльність завжди розпочинається із мотивів. Термін «мотив» - це спонукування до діяльності, спонукальної причини дій і вчинків, що змушують нас до вчинення дій. Суб'єкта спонукають до діяльності різні мотиви: прагнення до самоствердження, почуття відповідальності перед суспільством та інтерес до змісту і процесу діяльності.

Однак мотивація – це не лише наявність мотивів, але й ситуативні фактори (специфіка діяльності й ситуації, вплив різних людей тощо) [18, 105]. Співставлення між діями та причинами людини, які пояснюють та зумовлюють дані дії, описують поняття мотивації. Йдеться про фактори (емоційних переживань, мотивів, намагань, очікувань і т.д.), що викликають особистісну активність та націлені на інші рівня існування суцього, або на індивідуальне «Я» та зовнішній світ. Попри усі різні погляди на вивчення, існує універсальний підхід до розуміння мотивації особистості та її структури, але до мотивів це категорично віднести не можемо так, як мотиви носять індивідуальний характер. На сьогодні, хоча і існує велика кількість теорій мотивації, але із них необхідно виділити найголовніші, а саме:

- первинні - історичний досвід народу та його поведінка в процесі праці;
- змістовні - ті, які показують зміст наших потреб;
- процесуальні - винагорода.

Мотивація є головною рушійною силою будь-якої діяльності людини і професійна діяльність не є виключенням. Мотивація є одним із ведучих факторів успішного навчання молодого людини, а отже її професійного становлення. Розвиток позитивної навчальної мотивації у студентів є однією з умов розвитку особистості та ефективної професійної підготовки. Навчально-професійна діяльність – основна діяльність у вищому навчальному закладі, завдання якого є підготовка спеціаліста з вищою освітою. Потреба у вищій професійній освіті є суспільна потреба, яка відповідає сучасному етапу розвитку суспільства: форма освіти реалізована у структурі навчального закладу, зміст реалізований у системі професійних знань, які потрібно засвоїти [28].

Психологічно в окремій особистості форма та зміст освіти виявляються різними потребами: професійно-пізнавальною потребою (інтерес до знань), потребою у вищій освіті (прагнення до певного статусу у суспільстві). Зміст вищої освіти полягає у пізнанні наукових професійних знань. А отже, ведучою потребою у навчальній діяльності студента має бути професійно-пізнавальна потреба [5, 68].

Особливої уваги потребує характеристика мотивів навчальної діяльності, тому що вони впливають на якість підготовки професіонала. Деякі з них: пізнавальні, професійні, мотиви творчого досягнення, широкі соціальні мотиви, мотиви особистого престижу, мотив самореалізації, матеріальні мотиви.

Одним з важливих мотивів навчання сучасних студентів є пізнавальна потреба. Молода людина намагається розширити знання, набуті компетентності, розвинути здібності оперування фактами. Поступово з набуттям професійних знань студенти краще, глибше пізнають тонкощі,

особливості майбутньої професії, у них формується певне ставлення до майбутньої професії.

Професійний мотив навчання студентів формується за певними етапами. Самостійний та свідомий вибір молодою людиною професійного трудового шляху – необхідна умова успішності всього життєвого шляху.

Питання мотивації студентів є актуальною, оскільки у цьому віці (17-22 роки) продовжує формуватися особистість людини. Мотивація є сукупністю зовнішніх та внутрішніх рушійних сил, які спонукають людину до діяльності та надають їй спрямованість, яка орієнтована на досягнення певної мети [4]. Розвиток позитивної навчальної мотивації у студентів є умовою особистісного розвитку та ефективної професійної підготовки.

Фактор мотивації для успішного навчання є основним, тому для успішної побудови навчального процесу є важливим високий рівень їх мотивації до навчання. Викладачі вищих навчальних закладів зустрічаються при проведенні занять з відсутністю регулярної і цілеспрямованої навчальної діяльності студентів, причина, частіше за все, полягає у мотивації.

Серед різних мотивів навчання виділяють внутрішні та зовнішні мотиви [5]. Внутрішні мотиви пов'язані з пізнавальною потребою суб'єкта, задоволенням, яке він отримує від процесу пізнання, пізнавальна діяльність має приносити емоційне задоволення («мені подобається пізнавати нове»), відбувається задоволення пізнавальної потреби. Домінування внутрішньої мотивації характеризується появою власної активності студентів у процесі навчальної діяльності.

Навчальна діяльність, яка мотивована зовнішніми мотивами, не передбачає метою оволодіння змістом навчального предмету, така навчальна діяльність є метою досягнення інших цілей: отримання гарної оцінки, диплому, стипендії, схвалення, визнання товаришів, викладачів, підкорення вимогам навчального закладу. У такому випадку навчальний матеріал, навчальні дисципліни для студента не є внутрішньо прийнятими, внутрішньо мотивованими, а зміст навчання не є особистою цінністю. В такому разі не

можна говорити про повноцінний розвиток особистості та становлення професіонала.

Проблема формування мотиваційної сфери особистості сучасного студента є особливо актуальною в психологічній науці. Мотивація є одним з ведучих факторів успішного навчання. Але особливості мотивації розрізняються на різних етапах навчального процесу від першого до останнього курсу, змінюється й сама навчально-професійна діяльність. Неадекватність мотивів навчальної діяльності студентів може бути причиною їх академічної неуспішності.

У сучасному сьогоденні важливим є не просто навчання молоді людини предметним знанням, умінням, навичкам, а й розвиток її особистості як активного суб'єкта суспільної діяльності, відповідального за своє життя, життя оточуючих, розвиток всього суспільства. Отже, результатом освітнього процесу є особистість, виховання та розвиток особистості полягає у розвиткові перш за все системи її потреб та мотивів [6].

Дуже цікавий та важливий погляд на взаємозв'язок мети і мотивів діяльності висловив у своїх працях Максименко С. Д.: «Мета – це те, до чого прагне людина, для чого вона працює, за що бореться, чого хоче досягти в своїй діяльності. Без мети не може бути свідомої діяльності. Життя тільки в того красиве й сильне, хто весь час прагне до певної мети. Як тільки зникає мета, воно стає безбарвним, непривабливим» [25, 158].

Мотив – це внутрішній рушій, що спонукає людину до діяльності [25]. Мотиви діяльності та поведінки людини генетично пов'язані з її органічними та культурними потребами, в яких людина відчуває необхідність. Потреби породжують інтереси, тобто спрямованість особистості на певні об'єкти з метою пізнати і опанувати їх [22].

Спонуками до діяльності можуть бути матеріальні потреби - потреби в їжі, одязі, житлі, і духовні, та культурні потреби - пізнавальні, суспільно-політичні, естетичні. Мотивація діяльності різниться за часом: буває близька



– прагнення досягти мети в найближчий час; та віддалена – реалізація мети планується на тривалий час.

Розрізняють мотиви і за рівнем усвідомлення. Бувають яскраво й чітко усвідомлені мотиви - обов'язки перед колективом, відповідальність, дисциплінованість та ін. Але в багатьох випадках діють неусвідомлювані спонуки, наприклад звички, упереджене ставлення до певних фактів життя, людей тощо. Проте незалежно від ступеня усвідомлення мотиву діяльності він є вирішальним чинником у досягненні поставленої мети [25].

Цілі та мотиви діяльності людини визначаються суспільними умовами життя, виробничими, навчальними, ігровими стосунками. Між цілями та мотивами діяльності людей існує певний зв'язок. З одного боку, мета та мотиви спонукають кожну людину до діяльності, визначають її зміст і способи виконання, а з другого - вони й формуються під час діяльності, під впливом умов, за яких вона відбувається.

## **1.2. Актуальні проблеми мотивації студентів до навчання в умовах воєнного стану**

Актуальні проблеми мотивації студентів до дистанційного навчання у вищих закладах освіти в умовах воєнного стану пов'язані з високим ступенем тривожності, який може існувати в освітньому процесі, через загрози та ризики, що тягне за собою вторгнення Російської Федерації в Україну.

У нинішніх умовах у викладачів та студентів дещо перемістився фокус уваги з академічних успіхів на підтримку і нормалізацію психічного стану. Дослідження проблеми мотивації студентів показує, що вона була не завжди високою при дистанційній чи змішаній формі і в час іншої кризи – COVID19, але воєнні дії внесли ще більші свої негативні корективи. Тому робота науковців, викладачів, адміністраторів та психологів повинна бути направлена на підвищення мотивації студентів. Нинішня ситуація негативно позначається на психічному здоров'ї та поведінці студентів, на їх здатності

засвоювати, опрацьовувати, критично мислити. Тривога впливає на увагу, пам'ять, на здатність зосереджуватись.

Мотивація – це умова, яка активує і підтримує поведінку, яка спрямована на досягнення мети [21]. Мотивація є важливим чинником всіх рівнів освіти. Оскільки студенти в середовищі дистанційного навчання фізично знаходяться далеко від викладачів, інших студентів та навчального середовища, мотивація стає більш важливою для онлайн-освіти. На сьогодні, незважаючи на те, що існує безліч підходів, моделей і теорій, що направлені на підвищення та підтримку мотивації та залученості до освітніх процесів, очевидно, що недостатньо робіт та ефективних, дієвих стратегій, які можна було б застосувати у дистанційному навчанні під час воєнного стану.

Мотивація дедалі частіше сприймається як емерджентне явище, що означає постійний розвиток та зміну. Дослідження показують, що аспекти навчального середовища можуть як стимулювати, так і підтримувати цікавість та інтерес студента способами, які підтримують мотивацію та навчання [61]. В цілому використання дистанційного навчання повинно бути вмотивованим освітнім процесом, його побудовою, цілями та кінцевими результатами.

Але мотивація під час воєнного стану, особливо в окупованих територіях може значно знижуватись. На це необхідно зважати педагогам, враховувати психологічні фактори та емоційний стан студентів. Необхідно намагатись використовувати прості мотиви досягнення та успіху для залучення підлітків до навчальної діяльності, оскільки саме вони забезпечують таке явище як мотивація навчальної діяльності [50]. Мотивація до дистанційного навчання повинна бути орієнтована на активну діяльність слухачів, сприяючи появі позитивних емоцій – тоді підтримується мотивація слухача і викладача, а обсяг і міцність отриманих знань досягає максимального рівня. Зростання кількості стимулів для прояву різних емоцій збільшує ефективність навчання. Використання інтернет-технологій у навчанні вже саме по собі активізує мотивацію, додаючи до роботи студента

дослідницького аспекту, сприяє подоланню психологічних бар'єрів при засвоєнні комп'ютерних технологій, але зважаючи на сьогоднішній день, є багато ризиків зменшення мотиваційного компоненту.

Вплив дистанційної форми навчання на мотивацію студентів активно досліджується науковцями останні два десятиліття, оскільки дана форма навчання є однією з найсучасніших трендів в системі вищої освіти і має суттєві переваги: масовість, можливість навчатися в будь-якому місці та в будь-який час, доступність для людей із обмеженими можливостями [12]. Дослідниками підкреслюється потенціал для розвитку в студента навичок самоорганізації, планування та відповідальності за своє навчання [43], які є підґрунтям для розвитку потужної внутрішньої мотивації до навчання. Разом з тим вчені відзначають, що система дистанційного навчання розрахована переважно на достатньо свідомих студентів, які не потребують постійного контролю з боку викладача [37]. Є достатньо досліджень науковців за 2020-2021 рік, які присвятили роботи мотивації студентів в умовах дистанційного навчання під час карантинних обмежень – О. Дробот, О. Карагодіна, О. Спірін, Л. Карташова та ін., а зараз війна дозволяє науковцям проаналізувати особливості такого навчання під час воєнного стану.

Пандемія Covid-19, а потім війна в Україні, призвела до трансформацій у глобальному масштабі, які охоплюють широкий спектр соціальних, економічних і культурних змін. У вищій освіті відбувається швидка віртуалізація дидактичного процесу, яка проявляється в впровадженні онлайн-навчання у великих, безпрецедентних масштабах [59].

Вимушене введення дистанційної форми під час війни стало для одних студентів стресовим, для інших – нейтральним, адже з одного боку дистанційне навчання – це безпечне навчання в тих містах, які або в окупації, або знаходяться в прифронтових ділянках, або не мають гарного бомбосховища, але разом з тим, саме мотиваційний фактор до дистанційного навчання, особливо під час війни буде одним з критичних, як оцінюють самі студенти та викладачі. Наразі деякі студентські спільноти пропонують

безліч аргументів на користь дистанційного навчання, серед яких переважають судження прагматичного характеру. Наприклад, те, що студент отримує можливість навчатися у будь-який час і в будь-якому місці, на декількох курсах чи у декількох закладах освіти одночасно, засвоювати матеріал у своєму темпі та в безпечному середовищі. Зазначається доступність навчальних матеріалів, висока оперативність необхідного контакту з викладачем, підсилений індивідуальний підхід. Адже дистанційна форма навчання - це сукупність сучасних технологій, що забезпечують доставку інформації в інтерактивному режимі з допомогою використання інформаційно-комунікаційних технологій [43, 46].

Уявлення студентів про свою компетентність, свої цінності та інтереси, які вони привносять у конкретну навчальну ситуацію, – все це впливає на мотивацію. Відчуття компетентності також може стимулювати інтерес та мотивацію, особливо коли студентам надається можливість робити вибір щодо своєї навчальної діяльності.

Поняття мотивації може здатися досить простим, є досить багато дослідницької літератури, де вчені визначають це поняття у різний спосіб. Проблема формування мотивації навчання завжди була актуальною в психолого-педагогічній літературі. Як відомо, зміст навчання, його значущість для студента є підґрунтям мотиваційної сфери. Внутрішньо-мотивованою дослідники [8, 12] вважають діяльність, обумовлену внутрішнім інтересом та задоволенням від її виконання; зовнішньо-мотивованою - діяльність, обумовлену дією зовнішніх сполук, таких як винагороди, покарання, оплата праці та інші позитивні чи негативні підкріплення. За умови задоволення базових психологічних потреб автономності, компетентності та значимих стосунків - мотивація діяльності стає внутрішньою. Якщо ж ці потреби не задовольняються, то людина відчуває себе контрольованою, не усвідомлює власної компетентності та не має значимих стосунків з іншими, мотивація діяльності стає зовнішньою.

Внутрішня мотивація, особливо важлива для розвитку та успіху

студентів. Наприклад, молодь з вищою внутрішньою мотивацією, як правило, більше займаються у навчальній діяльності, виявляють більшу наполегливість [16]. Цікаво, що всеосяжна мотивація спостерігається особливо при дистанційному навчанні, коли студенти повинні самі регулювати своє навчання та зменшення зовнішнього регулювання. Тобто підвищити мотивацію - є комплексною і надважливою темою, оскільки вплив нашого психологічного та емоційного стану є значним на мотивацію до навчання. Мотивація є рушійним фактором при самоорганізації, яка визначається в дистанційному навчанні, як основна складова. Велику частину часу онлайн студент проводить в самостійному освоєнні матеріалу. Варто підкреслити, що стресова ситуація, повітряні тривоги, окупація, можливі переїзди до інших міст та країн, несприятливий психологічний клімат, знаходження в бомбосховищах, зміна внутрішнього розпорядку не спонукає студентів до навчання [19]. Адже дистанційне навчання потребує зосередженості, сконцентрованості та прагненню до самоосвіти, з досить високим самоконтролем.

Проблема зменшення мотивації студентів під час дистанційного навчання вивчалась раніше досить широко, і вона мала досить розповсюджений характер. Але воєнний стан в Україні додав необхідності проводити додаткові дослідження. Умовами формування та розвитку мотивів професійного досягнення у студентському віці виступають – сформоване професійне уявлення студентів; чітко визначена та усвідомлена кінцева мета навчання; розуміння практичної значущості та зв'язку з кінцевою метою кожної лекції, семінару, практичного комплексу. Але в період воєнних дій ці умови можуть бути знецінені і педагогами і студентами, через психологічно-емоційний стан. Проблема професійного самовизначення, мотивації навчання, професійного становлення та самореалізації особистості є важливою складовою фундаментальної психологічної проблеми мотивації студентів.

Одним з найважливіших факторів успішного дистанційного навчання є правильна мотивація студента. Велику частину часу онлайн студент проводить в самостійному освоєнні матеріалу. Для цього необхідні концентрація уваги, наполегливість, бажання вчитися. У дистанційному навчанні багато видів традиційної мотивації працюють не так ефективно, як при офлайн навчанні. Зазначимо, що дистанційне навчання – це така форма організації освітнього процесу, основою якої є самостійна робота людини, яка навчається. Це дає змогу навчатися у зручний для людини час та у віддаленому від викладача місці. Еволюція в цьому напрямку зумовила те, що в сучасному розумінні дистанційне навчання – це сучасна форма освіти, в якій інтегровані елементи всіх видів навчання (очного, вечірнього, заочного) на основі використання новітніх комп'ютерних і телекомунікаційних технологій [37]. У психологічному словнику [42] зазначається, що мотив – це спонукальна причина дій та вчинків людини, зумовлених об'єктивними потребами.

Найефективнішим стимулюванням є внутрішня мотивація студента, тобто мотивація усвідомленої дії [16]. У дистанційній освіті вона відіграє вагомий роль. Варто підкреслити, що це найскладніша мотивація для студента. І саме стресова ситуація, повітряні тривоги, окупація, можливі переїзди до інших міст та країн ще більше вплинули на навчальну мотивацію студентів. Неприятливий психологічний клімат, знаходження в бомбосховищах, зміна внутрішнього розпорядку не дуже спонукали студентів до навчання. Особливо варто відмітити, що дистанційне навчання потребує зосередженості, сконцентрованості та прагненню до самоосвіти, з досить високим самоконтролем. Серед основ навчальної мотивації виокремлюють пізнавальні мотиви, які проявляються в зацікавленості освоєння навчальних дисциплін з метою саморозвитку в процесі навчання, пізнанням власного внутрішнього світу. Та соціальні мотиви, які відображають процес навчання як можливість спілкування в групі людей, яких об'єднує майбутня спеціальність.

Кращий спосіб підтримки мотивації – це підтримка внутрішніх рушійних сил за допомогою правильної зовнішньої чи внутрішньої мотивації. Формування та розвиток мотивів навчання студентів є складним і багатофакторним процесом, який повинен проводитись з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей студентів, тому що діючі мотиви людини трансформуються залежно від поставлених завдань, часу, психологічних та фізіологічних особливостей, а також опиратися на наявний рівень розвитку та зміст його мотиваційної сфери [19].

При наявності професійної мотивації пізнавальна діяльність студента має включений і наполегливий характер. Студенту цікаво навчатись, це викликає в нього позитивні емоції, бажання працювати. Мотивація досягнення успіху визначає любов і захоплення своєю роботою, процесом навчання. Студенти виявляють ініціативу, створюють навколо себе творчу пізнавальну атмосферу. Вони демонструють готовність до успішної, результативної навчально-професійної діяльності. Допомагає успішному навчанню студентів мотивація самоствердження, бажання продемонструвати свої реальні й можливі досягнення.

Мотивація до дистанційного навчання повинна бути орієнтована на активну діяльність студентів, сприяючи появі позитивних емоцій – тоді підтримується мотивація студентів та підвищується рівень їх знань. Тому перспектива подальших досліджень вбачається в пошуку та апробації форм і засобів формування мотивації навчальної діяльності майбутніх фахівців у дистанційному форматі, зважаючи на емоційний стан студентів під час воєнної стану.

### **1.3. Психологічні причини виникнення тривожності у студентів, як внутрішнього фактору, що впливає на мотивацію до навчання**

Феномен тривожності перебував і перебуває у колі наукових інтересів багато відомих зарубіжних науковців: З. Фройд, К. Горні, Е. Фромм, Р. Мей, Г. Айзенк, Ч. Спілбергер та інші.

Більшість дослідників дотримуються спільної думки стосовно того, що тривожність – індивідуально-психологічна особливість, яка виявляється в схильності людини до переживання стану тривоги при очікуванні несприятливого розвитку подій [2]. Безпосередньо, такої думки і українські психологи, які присвятили свої роботи вивченню цього явища (С.М. Томчук [47], Є.М. Калюжна [13], О.О. Халік [51], І. І. Стрілецька [45], І.А. Ясточкіна [57] та ін.).

Аналіз наукової літератури доводить, що існує кілька теорій у вивченні тривоги і тривожності. Так, на думку З. Фрейда зіткнення біологічних потягів та соціальних заборон призводить до виникнення неврозів та тривожності. Також вчений вказує, що, передбачуючи небезпеку або очікуючи важливу подію при неявно визначеному об'єкті та умовах невизначеності, у людини виникає стан внутрішнього занепокоєння ознаками якого є відчуття загрози та власних переживань щодо її наслідків і тілесні реакції.

Згідно з теорією А. Адлера в основі неврозів також знаходиться тривога, що виникає внаслідок невдалого соціального досвіду або ж тому, що людина не змогла досягнути бажаного через індивідуальні особливості [2].

К. Горні вважає, що головним джерелом тривоги є неправильні людські стосунки, а не конфлікт між біологічними потягами та соціальними заборонами [13]. Відповідно, тривога як стан недовіри до соціуму загалом, детермінується соціально, тому потреба в її подоланні заважає особистісному самовдосконаленню. А тривожність як стан занепокоєння виникає в дитинстві за наявності страху несхвалення рідними.



На думку Е. Фромма існує суттєвий зв'язок тривожності з історичним розвитком людства. З переходом людства до капіталізму природні соціальні зв'язки руйнуються, з'являється вільний індивід, а це призводить до переживання непевненості, сумнівів, відчуженості, самотності та тривоги [45].

Отже, основні теорії вивчення тривожності дають змогу усвідомити складність самого явища, його неоднозначність, а це, в свою чергу, призводить до необхідності більш чіткого визначення суті поняття та його розуміння.

Аналіз наукової літератури доводить, що поняття «тривога» і «тривожність» напряду пов'язані між собою. На думку Ч. Спілбергера тривога – це емоційний стан, що може виникати в ситуації загрози, небезпеки, невизначеності і проявляється у вигляді напруження, очікування розвитку подій за несприятливим сценарієм [33]. Часті переживання тривоги людиною можуть призводити до формування такої особистісної риси як тривожність – відносно сформована схильність особистості до надмірного хвилювання, сприймання загрози власному «Я» в різних ситуаціях і, як наслідок, зростанню стану суб'єктивної тривоги [33]. Стійка спрямованість особистості на сприймання загрозливих ситуацій, трансформує тривожність у диспозиційне утворення, тобто таке, яке формує стабільне відношення до оточуючої дійсності.

Щодо суті понять «тривога», «тривожність» та причин їх виникнення в науковій літературі існують різні погляди та підходи. Так, наприклад, С. Томчук вважає, що поняття «страх» і «тривога» своїм спільним компонентом мають почуття схвильованості, викликане небезпекою та відсутністю відчуття безпеки [47, 145].

На думку К. Роджерса основою виникнення тривоги є певні ситуації, що не усвідомлюються особистістю, тобто виходять за межі власних конструктів. А протиріччя, що виникають між Я-реальним та Я-ідеальним, призводить до напруженості, викликаючи тривожність [33].

С. Рубінштейн, визначаючи тривожність, називав її певною схильністю індивіда переживати тривогу або той емоційний стан, що виникає в ситуаціях невизначеності, небезпеки та характеризується очікуванням небажаного розвитку подій [2].

Будучи прихильником теорії З. Фрейда, В. Райх розглядав тривожність як психосоматичний феномен, виділяючи в ньому симптоми м'язової ригідності та «блокади тілесних органів» [2]. Вчений, досліджуючи тривожність на фізіологічному рівні, стверджує, що вона існує на нейроендокринному, рухово-вісцеральному та психологічному рівнях.

На думку Є.М. Калюжної, тривожність являє собою психічний стан внутрішнього хвилювання, що може бути безпричинним та обумовленим виключно суб'єктивними факторами. Авторка вважає, що тривожність належить до ряду негативних емоцій, в яких фізіологічний аспект є домінуючим [13].

І. Стрілецька розглядає тривогу як реакцію на ситуацію, що характеризується невизначеністю та несе в собі потенційну загрозу. Страх являє собою реакцію на безпосередню об'єктивну небезпеку, а при тривозі ця реакція прихована та має суб'єктивний характер. Тим не менш, на думку І. Стрілецької, тривога – важливий прояв емоцій [45].

О. Халік розуміє тривогу як емоційний стан сильного внутрішнього безпричинного хвилювання, що виникає у свідомості індивіда у зв'язку з очікуванням невдач, небезпеки або ж очікування чогось важливого, значимого в умовах невизначеності. Отже, поява тривоги у людини пов'язана, на думку О. Халік, з наявністю незакінчених ситуацій, заблокованої активності, яка не дає змогу звільнити збудження [51].

На думку І. Блохіної, тривога є регулятором поведінки і виконує ряд важливих функцій (інформаційна, пошукова, оцінна). Тривожність розглядається як неприємний емоційний стан, що характеризується суб'єктивним відчуттям напруження, очікуванням негативного розвитку подій. Тим не менш, автор стверджує, що базовий рівень тривожності для

своєчасного адекватного прийняття рішень, орієнтації в соціальному середовищі, – необхідна умова збереження та підтримки психологічного здоров'я особистості [2].

Сидоренко Ж. стверджує, що тривога як психічне явище виступає внутрішньою пристосувальною передумовою, що забезпечує формування оптимальних способів саморегуляції дій. Сидоренко Ж. вважає, що тривога є станом емоційного передбачення невдач. Вона дає змогу індивіду зрозуміти необхідність передбачення усіх основних умов майбутніх дій, сприяючи при цьому оптимальній підготовці до діяльності [41].

Зважаючи на різноманітні підходи до розуміння та тлумачення феномену тривожності, беззаперечним є факт наявності в науковій літературі певної кількості класифікацій видів і форм прояву тривожності.

Мобілізує та демобілізує тривожність у своїх наукових працях описує Р. Мей [39]. Мобілізуюча тривожність виявляється як стимуляція активності, стеничні реакції, загальне збудження. Демобілізуюча тривожність, на думку автора, може проявлятися у формі астенії, ступору, втрати інтересу тощо.

Розглянемо вплив тривожності на мотивацію до навчання. Тривожність багато в чому визначає поведінку студента. За рівнем тривожності можна робити висновки про внутрішнє ставлення молодої людини до ситуацій певного типу, а також опосередковано – про характер взаємостосунків з однолітками та людьми інших вікових категорій. Якщо цей рівень перевищує оптимальний, можна говорити про підвищений рівень тривожності.

Аналіз наукової літератури дає змогу стверджувати, що поведінка тривожних студентів має певні особливості. Так, такі молоді люди, як правило, не визнаються групою, але й не залишаються ізольованими, вони входять в число найменш популярних оскільки замкнені, некомунікабельні або ж навпаки – над-комунікабельні, нав'язливі, озлоблені [2]. Також для студентів з підвищеним рівнем тривожності характерними є занижена самооцінка і самоповага, вони невпевнені в собі, в своїх силах і можливостях,

почуваються самотньо. Тривожність, що співвідноситься з цінностями, що змінюються, незадоволеністю потреби в збереженні контролю над оточуючою дійсністю, переживається студентами як емоційний дискомфорт.

Початок студентського життя піддається впливові певних стресових чинників: зміна референтного та мікросоціального середовища в закладі освіти, нерідко зміна житлових умов, зміна звичного способу життя, у тому числі порядку навчальних занять в порівнянні зі шкільним навчанням тощо [39]. Труднощі будь-якого аспекту студентства можуть свідчити про несформованість внутрішньої позиції «Я-студент», низьку продуктивність учбово-професійної діяльності і знижують адаптацію, призводять до виникнення внутрішньої кризи, що супроводжується почуттями розгубленості та тривожності.

I. Блохіна серед детермінант тривожності у відповідності до нової соціальної ситуації розвитку та провідної діяльності виділяє наступні:

- велике навчальне навантаження (надмірна кількість інформації, ненормований навчальний день і т.ін.);
- емоційні перенапруження та нервові виснаження, особливо в період сесії; велика кількість матеріалу, який треба вивчити; дефіцит часу;
- дефіцит спілкування з друзями;
- зміни розпорядку дня;
- багато самостійної роботи;
- непристосованість організму до великих психічних навантажень;
- незбалансоване поєднання навчання і відпочинку;
- слабкість організму до навколишніх впливів тощо.

Феномен тривожності має складну психологічну природу. Використовуючи функціональний підхід до вивчення проблеми тривоги, тривожність визначається як складний процес, що містить когнітивні та афективні реакції в ситуації, що об'єктивно оцінюється особистістю як потенційно небезпечна. Психологічні причин виникнення та формування

тривожності у студентів напряду пов'язані з віковими, індивідуально-психологічними та соціальними особливостями.

Зниження рівня тривожності у студентів – важливий фактор їх повноцінного особистісного зростання та успішного навчання в закладі вищої освіти як в цілому, так і підвищення мотивації до навчання зокрема. У зв'язку з цим, актуальним постає питання розробки відповідних профілактичних та корекційних програм, спрямованих на зниження тривожності у студентів.

## РОЗДІЛ 2

### ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ РІВНЯ ТРИВОЖНОСТІ ТА МОТИВАЦІЇ НАВЧАННЯ СТУДЕНТІВ ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ

#### **2.1. Організація дослідження та обґрунтування вибору діагностичних методів**

В даному розділі розкриті основні завдання дослідження впливу рівня тривожності на мотивацію до навчання студентів під час воєнного стану та здійснюється робота над визначенням головних етапів його проведення. Також описується хід проведення емпіричного дослідження.

З метою дослідити взаємозв'язок рівня тривожності та мотивації навчання студентів під час воєнного стану було проведено емпіричне дослідження, учасниками якого стали студенти 1-4 курсів, віком від 17 до 21 року, 15 хлопців і 5 дівчат. Методики були проведені в онлайн форматі. Всі респонденти мали достатню кількість часу для ретельного проходження методик. Всі учасники експерименту навчаються в Національному Запорізькому університеті і знаходяться на дистанційному навчанні.

Досліджуваним була надана чітка інструкція для проходження кожної методики та бланк для заповнення (Додаток А, Додаток Б). Результати проведених методик відображені у додатку В.

Основними етапами емпіричного дослідження стали:

1-й етап був спрямований на вивчення й теоретичний аналіз проблеми дослідження, підбір психодіагностичних методів. Обрані методи, критерії математичної обробки даних. Серед використаних методів дослідження: теоретичні методи аналізу та синтезу, інтерпретації та узагальнення; емпіричні: методи математичної статистики. Для проведення дослідження

використано методики:

1) Шкала тривожності (шкала Тейлора, адаптація М.М. Пейсахова) [53].

2) Методика діагностики особистості на мотивацію до успіху Т. Елерса [27].

2-й етап – організація та проведення дослідження. Проведено короткий інструктаж досліджуваним, після чого респонденти отримали через пошту документ Microsoft Word з методиками та інструкцією до них, в документі була описана кожна техніка. В файлі не потрібно було вказувати конфіденційні дані, адже методики цього не вимагають.

3-й етап - обробка результатів дослідження передбачала проведення первинної обробки вихідних даних щодо кожного методу, компонування матеріалу, введення даних у таблиці та графічне представлення результатів. Далі були проведені розрахунки для пошуку кореляцій між шкалами з використанням критеріїв математичної обробки даних, результати записувались у таблиці.

4-й етап – інтерпретація отриманих результатів та їх оформлення. На цьому етапі дані були структуровані та інтерпретовані за кожною з обраних методик. Всі статистично значущі показники інтерпретувалися відповідно до опису шкал, наведених у використовуваних методах.

Розглянемо загальний опис психодіагностичних методик. Шкала тривожності - Шкала Тейлора, адаптація М.М. Пейсахова. Дев'ятнадцяте видання опитувальника Тейлора, опубліковане в 1953 році досліджувало особистісні та ситуаційні рівні тривожності людей і використовувалося для діагностики характеристик тривоги. Метод включає конспекти, пов'язані з діяльністю та контексти соціальної взаємодії. Я-образ (тривожність самооцінки), призначений для вимірювання характеристик тривоги. У студентському віці тривожність пов'язана з невирішеними проблемами та очікуваннями у всіх сферах діяльності, а саме в плані особистісного та професійного самовизначення та міжособистісного спілкування. Методика

складається з 50 тверджень, на які респонденти мали відповісти «так» чи «ні». Тест триває 15-30 хвилин. Бланк опитувальника Тейлора показано у Додатку Б.

Методика діагностики особистості на мотивацію до успіху Т. Елерса. При діагностиці особистості на виявлення мотивації до успіху Елерс виходив з наступного положення: особистість у якої переважає мотивація до успіху, вважає за краще середній або низький рівень ризику. Їй властиво уникати високого ризику. При сильній мотивації до успіху, надії на успіх зазвичай скромніший, ніж при слабкій мотивації, однак такі люди багато працюють для досягнення своєї мети. Методики передбачають 41 визначення. На кожне з них потрібно дати відповідь «так» у разі згоди з твердженням або «ні», якщо ви не згодні. Для підрахунку потрібно підсумувати бали за відповіді «так» та «ні», відповідно за ключем. В якому від 1 до 10 балів – низька мотивація до успіху; від 11 до 16 балів – середній рівень мотивації; більше 21 – дуже високий рівень мотивації. Таким чином було з'ясовано рівень мотивації студентів. Бланк опитувальника Т. Елерса показано у Додатку А.

## **2.2. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження впливу рівня тривожності на мотивацію до навчання студентів під час воєнного стану**

За результатами емпіричного дослідження нами виявлено високий рівень тривоги у студентів при дистанційному навчанні. Так шкалою тривожності (Тейлора, адаптація М. Пейсахова), лише у 5% респондентів (1 людина) низький рівень тривоги (табл. 2.1) та (рис. 2.1).

За даними таблиці 2.1 більшість респондентів (25%) та (45%) мали рівень тривожності вищий за середній. Студенти можуть відчувати такі симптоми на психологічному рівні як посилений страх або занепокоєння, дратівливість, тривожне очікування поганого. Також, дискомфорт в спілкуванні з іншими: батьками, одногрупниками, друзями. В дистанційному



навчанні тривожність може проявлятися в проблемах зі сном, труднощі з концентрацією. На фізіологічному рівні має відображення у головних болях, тремтінні у м'язах, постійній втомі.

Таблиця 2.1

**Розподіл респондентів за рівнем тривоги та відтворення результатів у відсотках**

Рівень тривоги	Розподіл респондентів	Відсоткове співвідношення
Низький	1	5%
Нижче середнього	2	10%
Середній	3	15%
Вище середнього	5	25%
Високий	9	45%

Інші 5 %, 10 % та 15% досліджуваних мають середній або низький рівень тривожності, що говорить про їх виражений спокій, вони не сприймають загрози своєму здоров'ю. Такий результат свідчить, що ці студенти спокійні, вважають, що особисто у них немає причин турбуватися про своє життя та подразливі чинники. У них не виявлена емоційна тривога, що спричиняє тривожність, тому звичайне занепокоєння для них проходить легше ніж для тривожних людей.



Рис. 2.1. Відсотковий розподіл респондентів за рівнем тривожності

За методикою діагностики особистості на мотивацію до успіху (Т. Елерса). Так виявлено, що у студентів низька мотивація до успіху (10 респондентів), що становить 50% від усіх студентів які проходили методику. Результати зазначені у (табл. 2.2) та (рис 2.2.).

Таблиця 2.2

**Розподіл респондентів за рівнем мотивації до успіху та відтворення результатів у відсотках**

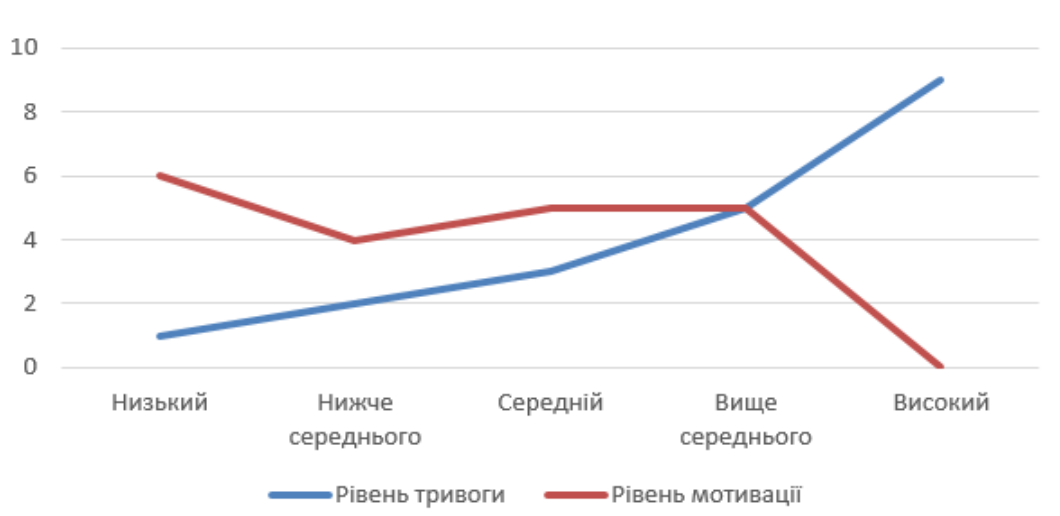
Рівень мотивації	Розподіл респондентів	Відсоткове співвідношення
Низький	6	30%
Нижче середнього	4	20%
Середній	5	25%
Вище середнього	5	25%
Високий	0	0%



**Рис. 2.2. Відсотковий розподіл респондентів за рівнем мотивації до успіху**

Якісний розподіл за рівнем мотивації до успіху, наведений на рисунку 2.2, відповідно до якого можна констатувати, що більше половини, а саме, 50% учасників методики мають рівень мотивації нижче середнього. Останні результати методики за якою 25% середній рівень мотивації та 25% помірковано високий рівень, свідчать про здатність студентів і їх бажання до

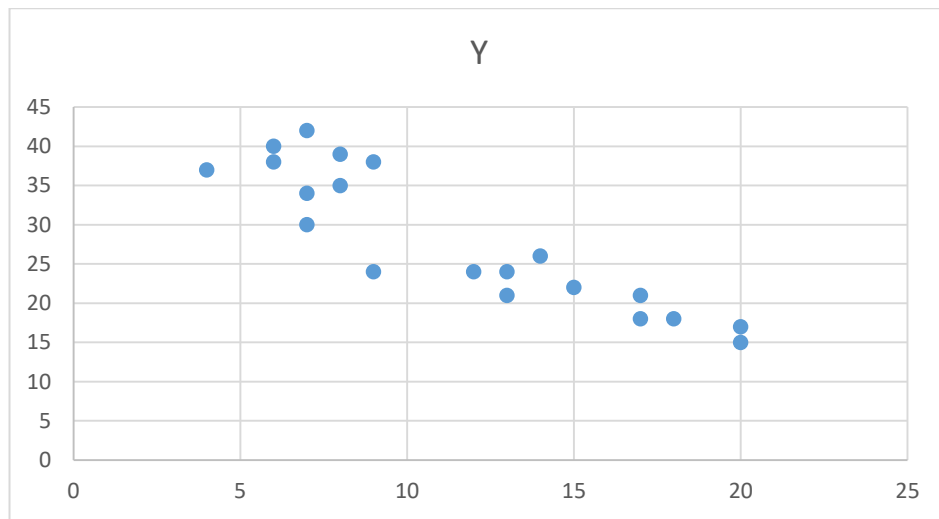
покращення свого життя та можливість пристосування до нових умов, таких як дистанційне навчання або висока кількість завдань. Також зазначимо їх змогу у подоланні таких негативних психологічних чинників як тривожність.



**Рис. 2.3. Співвідношення рівня тривожності з рівнем мотивації студентів**

Кореляційний аналіз зроблено за результатами методики діагностики особистості на мотивацію до успіху (Т. Елерса) та методики тривожності (Тейлора, адаптація М. Пейсахова). Для визначення кореляції побудовано дві змінні X та Y. Змінна X за результатами методики діагностики особистості на мотивацію, а змінна Y за результатами оцінки тривожності (Додаток Г).

Використана лінійна кореляція за Пірсоном. Провівши кореляцію ми отримали значення  $= -0,90372$ , що за абсолютним значенням є близьким до 1 і показує тісну обернену залежність та доводить теорію. Задля наочності показників побудована точкова діаграма отриманих результатів, за методикою кореляції Пірсона.



**Рис. 2.4. Точкова діаграма розсіювання за Пірсоном**

Потрібно перевірити отриманий результат для цього зазначимо довірливий інтеграл який буде таким же навіть якщо зібрати нову вибірку. Тому, застосовано критерій Фішера і підраховано похибку. Похибка становить  $= 0,242535625$ . Щоб визначити саме межі кореляції зроблено зворотне перетворення з  $z \geq r$ . Визначено, за підрахунками, що якщо обрати нову вибірку респондентів результат кореляції буде коливатися від  $0,715428771$  до  $0,931331279$ . Значення наближенні до 1 і таким чином доведено гіпотезу, що існує зв'язок рівня тривожності та мотивації навчання студентів під час воєнного стану.

Отже, у роботі проведено психологічні методики, описано результати, наведено таблиці, рисунки для схематичного відображення отриманих результатів за проведеними методиками. Визначено гіпотезу, що на зниження мотивації студентів до навчання під час воєнного стану впливає високий рівень тривожності. Задля її доведення, проведено кореляцію на основі отриманих результатів за Пірсоном. Отримані результати близькі до 1, що підтверджує гіпотезу.

### **2.3. Психологічні рекомендації для студентів щодо підвищення мотивації до навчання під час воєнного стану**

Довгоочікуваний вступ на навчання обраної професії, новий статус студента та студентське життя – надихають та мотивують до навчання. Але, не так все позитивно, враховуючи теперішню ситуацію повномасштабної війни в Україні. Частина студентів взагалі не розуміє навіщо вчитися та виконувати завдання, коли тривають обстріли міст, скрізь руйнування, смерть, страх, а майбутнє ще більш невизначене. Бездіяльність і низька мотивація до навчання виправдовується високим психологічним напруженням, тривожністю.

Апатичність студентів цілком може бути пов'язана з тим, що всі ми є «заручниками подій», що відбуваються просто зараз. Тому варто спрямовувати погляд студентів у майбутнє, вчити їх прогнозувати, будувати плани. В умовах стресу через війну організм кожного з нас мобілізується, з'являється тривожність, втрата сил та бажань, апатія. Щоб пережити стрес, нам потрібно багато ресурсів – їх наше тіло бере з резервів, які треба регулярно відновлювати. Якщо ви відпочиваєте та не можете себе змусити чимось зайнятися – дайте собі час накопичити сили. За день чи кілька спробуйте повернутися до справ у тих обсягах, які вам до снаги. Стежте, скільки часу ви приділяєте, щоб якісно підготувати завдання. Розподіляйте його, залежно від ваших спостережень і сил. Потрібно нагадувати собі: якщо я братиму забагато, то стану безсилим і мені буде потрібно більше ресурсів. І навпаки: що краще я триматиму баланс між допомогою собі й іншим, то довше залишатимуся в колії та не вигоратиму [29].

Найчастішою проблемою студентів є концентрація уваги – часто через сирени та вибухи, але також і в порівняній безпеці. Важливо пам'ятати: «речі, на які ми не здатні вплинути, не мають забирати всі наші ресурси». Зараз зосереджуємось на тому, що щоденно допомагає наблизитися до

перемоги: домашні побутові справи, спілкування з близькими, отримання корисних навичок.

Одне з найпоширеніших відчуттів, які переживають українці в безпеці, так званий «синдром провини вцілілого». Він впливає й на мотивацію навчатися. Як покроково з ним впоратися [29]:

- усвідомте, що страх за власне життя та життя найближчих, паніка, втеча з епіцентру небезпеки – перші природні реакції. Вони автоматичні та забезпечують біологічне виживання на інстинктивному рівні;

- сумнів у собі та своїх можливостях – поширена причина втрати сил і небажання щось робити. Нагадуйте собі про свої досягнення та переваги. Похваліть себе за навички, які у вас добре розвинені, та почніть діяти;

- принесіть користь тим, хто від вас залежить: близькі, люди похилого віку, домашні улюбленці;

- ви здатні поступово розширити свій вплив, допомагати фізично та надавати психологічну підтримку тим, хто поруч;

- об'єднайтеся з однодумцями, долучіться до волонтерства (без шкоди собі), інформаційної, фізичної чи гуманітарної допомоги;

- якщо маєте можливість готувати домашні завдання з кимось у парі чи групі обов'язково скористайтеся цим;

- займіться тим, що вам подобається. Коли мотивація на нулі, складно просто встати і приступити до виконання трудомісткої роботи, тому, щоб запустити когнітивні процеси, почніть з розминки. Саме такими розминками можуть стати справи, які приносять вам задоволення. Ці дії покращать настрій і допоможуть повернути натхнення, в результаті у вас з'явиться більше сил на реалізацію робочих завдань;

- можливо саме зараз варто почати вивчати свій емоційний інтелект і приділити увагу його розвитку;

- святкуйте навіть маленькі перемоги. Це допоможе створити позитивні навички. Не обов'язково щоразу купувати торт. Достатньо просто відзначити, що трапилося щось хороше;

- якщо виникають проблеми, зосередьтеся на розв'язанні проблеми. Важлива концентрація не на самій проблемі, а саме на її вирішенні. Продумайте всі можливі варіанти;

- слідкуйте за своїм здоров'ям. Погане самопочуття сильно відволікає від роботи та знижує рівень продуктивності. Займайтеся танцями, спортом, бувайте на свіжому повітрі;

- працюйте над згуртованістю студентської групи.

Мотивація до навчання у великій мірі залежить від викладачів. Саме зараз завдання викладачів – допомогти студентам створити простір безпеки. Одним із найбільших викликів для викладачів, стало те, що з початком війни активність студентів у навчальному процесі помітно знизилась. Таким чином, доводиться посилювати мотивацію студентів до навчання, оскільки психологічний стан учасників процесу, а також фізична можливість продовжувати навчання не завжди є позитивною.

Найцінніше для здобувачів вищої освіти, особливо перших курсів, під час війни – це розуміюча взаємодія, спілкування. Вони постійно прагнуть звернути на себе увагу, бути почутими. Тому для стимулювання мотивації обов'язково потрібно давати змогу висловити свою думку. Ще важливою є нагорода за активність, яка ефективно мотивує студентів до здобуття вмінь та навичок.

## ВИСНОВКИ

Теоретично проаналізовано особливості психологічного впливу рівня тривожності на мотивацію до навчання студентів під час воєнного стану. У першому розділі на основі теоретичного аналізу літературних джерел з'ясовано та розглянуто такі поняття як «тривожність», «мотивація». З'ясовано, що феномен тривожності має складну психологічну природу. Використовуючи функціональний підхід до вивчення проблеми тривоги, тривожність визначається як складний процес, що містить когнітивні, афективні та конативні реакції в ситуації, що об'єктивно оцінюється особистістю як потенційно небезпечна. Психологічні причин виникнення та формування тривожності у студентів напряду пов'язані з віковими, індивідуально-психологічними та соціальними особливостями. Зниження рівня тривожності у студентів – важливий фактор їх повноцінного особистісного зростання та успішного навчання в закладі вищої освіти в цілому. У зв'язку з цим, актуальним постає питання розробки відповідних профілактичних та корекційних програм, спрямованих на зниження тривожності у студентів та підвищення мотивації до навчання.

Емпірично досліджено взаємозв'язок рівня тривожності та мотивації навчання студентів під час воєнного стану. Визначені головні етапи, описано основні підходи проведення емпіричного дослідження. Надавався опис психодіагностичних методик: 1) Шкала тривожності (Тейлор, адаптація М. Пейсахова). 2) Методика діагностики особистості на мотивацію до успіху (Т. Елерс). В емпіричному розділі відбувався аналіз та інтерпретація результатів дослідження. За першою методикою, шкала тривожності (Тейлор, адаптація М. Пейсахова), виявлено високий рівень тривоги у студентів, адже лише у 5% респондентів (1 людина) низький рівень тривоги. За результатами другої методики, діагностики особистості на мотивацію до успіху (Т. Елерс),



виявлено, що у студентів низька мотивація до успіху (10 респондентів), що становить 50% від усіх студентів які проходили методику.

Завдяки математичним методам вдалося зафіксувати та підтвердити взаємозв'язок рівня тривожності та мотивації навчання студентів під час воєнного стану. Адже, коефіцієнт кореляції за Пірсоном близький до 1 і показують тісну залежність мотивації та тривожності. Якщо навіть зібрати нову вибірку результат буде коливатися в межах 1, що підтверджує теорію про взаємовплив рівня тривожності на мотивацію до навчання.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андросович К.А., Ковальова О.В., Прокоф'єва О.О. Особливості навчальної мотивації студентів передвищих фахових та вищих навчальних закладів в умовах сучасних військових конфліктів. URL: [http://www.innovpedagogy.od.ua/archives/2022/49/part\\_1/36.pdf](http://www.innovpedagogy.od.ua/archives/2022/49/part_1/36.pdf).
2. Блохіна І.О. Психологічні причини виникнення тривожності у студентів. *Науковий журнал «Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія»*. 2021, Вип. 4. С. 82-87.
3. Бодров В.А. Інформаційний стрес : навчальний посібник для вузів. Київ : 2000. 352 с.
4. Бондар Л.В. Особливості мотивації навчальної діяльності студентів – майбутніх практичних психологів. URL: <https://jrnل.nau.edu.ua/index.php/VisnikPP/article/viewFile/12459/16832>
5. Бондар Л.В., Литвинчук Н.Б. Мотивація навчальної діяльності студентів як провідний чинник підготовки майбутніх фахівців. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія» : науковий журнал*. Острог : Вид-во НаУОА, червень 2020. №11. С. 67–71. URL: <https://journals.oa.edu.ua/Psychology/article/download/>
6. Верховод Л.І. Мотивація до навчання здобувачів освіти за умов викликів сучасності. 2023. URL: [https://books.google.com.ua/books?hl=uk&lr=&id=kMHDEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA374&ots=0tNSOfRbkX&sig=yJNbYozcxlyhYCISAVCMCUVSZjE&redir\\_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.ua/books?hl=uk&lr=&id=kMHDEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA374&ots=0tNSOfRbkX&sig=yJNbYozcxlyhYCISAVCMCUVSZjE&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)
7. Гузь Л.А., Фінагіна О.В. Новітня модель впровадження дистанційного навчання в вищих навчальних закладах України. *Вісник економіки транспорту і промисловості*. 2015. № 52. С. 211–215.
8. Дербеньова А.Г. Усе про мотивацію. Основа. Харків. 2012. 250 с.

9. Дружилов С.А. Психологічні фактори здоров'я людини і детермінанти його негативних психічних станів : *Міжнародний журнал експериментальної освіти*. 2013. № 10-2. 250 с.
10. Занюк С.С. Психологія мотивації : навч. посібник. Київ : Либідь, 2002. 371 с.
11. Завірюха В.В. Психологічні особливості розвитку мотивації досягнень у підлітковому віці. *Актуальні проблеми психології*: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2018. Том. V: Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія. Вип. 18. С. 72-82.
12. Іваненко Ю. Дистанційне навчання як засіб розвитку самоорганізації студентів. *Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології»*. Вип. 49. 2020.
13. Калюжна Є.М., Вовна А.М. Тривожність та її значення у виникненні інфантильного неврозу. *Проблеми сучасної психології*. 2013. № 1. С. 29-33.
14. Карл Ренсом Роджерс: феноменологічна теорія особистості. URL: <https://alexus.com.ua/karl-rensom-rodzhers-fenomenologichna-teoriya-osobistosti/>
15. Карташова Л., Гуржій А., Зайчук В. Цифровий близнюк закладу освіти як потреба в організації дистанційного навчання: інноваційні рішення. *Матеріали науково-практичної конференції*. Житомир, 2020. 230 с.
16. Климчук В., Горбунова В. Внутрішня мотивація учбової діяльності молоді: теорія, методика, програма розвитку : монографія. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2014, 150 с.
17. Кудінова М.С. Порівняльний аналіз понять «стресостійкість» та «емоційна стійкість». *Теорія і практика сучасної психології*, № 1, 2016. С. 22–28.
18. Кудріна Т.С. Психологія мотивації: теорія та експеримент : навчальний посібник. Київ : 2006. 214 с.

19. Лахмотова Ю., Шкраб'юк В., Цапко А. Мотивація до дистанційного навчання студентів вищих закладів освіти в умовах воєнного стану. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2022. Вип. 55. Т.2. С. 196-200. URL: [http://www.aphn-journal.in.ua/archive/55\\_2022/part\\_2/31.pdf](http://www.aphn-journal.in.ua/archive/55_2022/part_2/31.pdf)
20. Левковська Л.Б. Психологічні чинники виникнення тривожності у осіб юнацького віку. *«Молодий вчений»* No 1 (101) січень, 2022 р. С.57-60. URL: <https://molodyivchenyi.ua/index.php/journal/article/view/3123/3092>
21. Макаренко Н.М. Підвищення мотивації студентів до навчання: новітні форми роботи. URL: <https://osvita.eeipsy.org/index.php/eeip/article/download/89/86>
22. Максименко С.Д. Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика: монографія / за ред. С.Д. Максименка, С.Б. Кузікової, В.Л. Зливкова. Суми: Вид-во СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2017. 540 с.
23. Максименко С.Д. Переживання як психологічний механізм саморозвитку особистості. *Педагогічний процес: теорія і практика*. 36. наук. пр. Київ: ЕЗКМО, 2005. Вип. 3. С. 343-361.
24. Максименко С.Д. Психологія учіння людини: генетико-моделюючий підхід: монографія. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2013. 592с.
25. Максименко С.Д., Соловієнко В.О. Загальна психологія: навч. посібник. Київ: МАУП, 2000. 256 с.
26. Мар'єнко М., Сухіх А. Організація навчального процесу у ЗЗСО засобами цифрових технологій під час воєнного стану. *Ukrainian Educational Journal*. 2022. № 2. С. 31–37.
27. Методика діагностики особистості на мотивацію до успіху Т.Елерса. URL: [https://stud.com.ua/17007/menedzhment/metodika\\_diaagnostiki\\_obistosti\\_motivatsiyu\\_uspihu\\_ellersa](https://stud.com.ua/17007/menedzhment/metodika_diaagnostiki_obistosti_motivatsiyu_uspihu_ellersa)
28. Михайличенко В. Роль мотивації навчально-пізнавальної діяльності у формуванні професійної спрямованості студентів. Збірник наукових праць: *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. Запоріжжя: 2011. Вип. 17 (70).

29. Мотивація до навчання під час війни для викладачів та студентів. URL: <https://www.bsmu.edu.ua/blog/motyvacziya-do-navchannya-pid-chas-vijny-dlya-vykladachiv-ta-studentiv>.
30. Мотивація суб'єкта в різних видах діяльності : монографія / Тетяна Левченко. Вінниця : Нова Книга, 2011. 448 с.
31. Мотивація як фактор успіху навчальної діяльності / Харк. нац. пед. ун-т імені Г. С. Сковороди, наукова бібліотека ; уклад. : Грущенко С.І.; вступ. ст. та бібліограф. ред. Неудачиної Т. І.; відп. ред. Коробкіна О. Г. Харків : ХНПУ, 2019. 40 с.
32. Особливості навчальної мотивації студентів передвищих фахових та вищих навчальних закладів в умовах сучасних військових конфліктів. URL: [http://www.innovpedagogy.od.ua/archives/2022/49/part\\_1/36.pdf](http://www.innovpedagogy.od.ua/archives/2022/49/part_1/36.pdf)
33. Оцінка рівня ситуативної (реактивної) тривожності (Тест Роджерса-Ханіна). URL: [https://lnu.edu.ua/life-safety/wp-content/uploads/2019/09/OZDSH\\_PR-4-2019.pdf](https://lnu.edu.ua/life-safety/wp-content/uploads/2019/09/OZDSH_PR-4-2019.pdf)
34. Переваги та недоліки дистанційного навчання. Кафедра менеджменту Львівського торговельно-економічного університету. 2020. URL: <https://kerivnyk.info/perevahy-ta-nedoliky-dystantsijnoho-navchannya>.
35. Пінська О. Професійна мотивація як засіб підвищення ефективності навчальної діяльності студентів. *Проблеми трудової і професійної підготовки*. 2009. 120 с.
36. Подшивайлов Ф. Динаміка мотиваційної сфери особистості студента-психолога. *Магістерські дослідження: тематичний огляд та анотації кваліфікаційних робіт за ОКР «магістр»*. Київ : Київ. ун-т ім. Б.Грінченка, 2014. С. 251–253.
37. Прибилова В. Проблеми та переваги дистанційного навчання у вищих навчальних закладах України. 2019. URL: <https://periodicals.karazin.ua/issuesedu/article/view/8791>
38. Психологічна діагностика мотивації особистості до навчання в умовах інформаційного суспільства : монографія / Н. В. Пророк, Л. О. Кондратенко, Л. М. Манилова та ін. ; за ред. Н. В. Пророк. Київ : Видавничий

Дім «Слово», 2020. 131 с.

39. Ролло Мей та екзистенційна психологія. URL: <https://ukrayinska.libretexts.org>

40. Руденко В.М., Руденко Н.М. Математичні методи в психології : підручнк. Київ : Центр учбової літератури, 2012. 304 с.

41. Сидоренко Ж.В. Підвищена тривожність як ознака порушення психологічного здоров'я особистості в умовах пандемії COVID-19 (на прикладі студентської молоді) 2021 <https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/bitstream/lib/42646/1/54-.pdf>

42. Синявський В., Сергеєнкова О. Психологічний словник. Київ : Науковий світ, 2007. 340 с.

43. Смульсон Ю. Дистанційне навчання: психологічні засади : монографія. Кіровоград : Імекс-ЛТД. 2012. 140 с.

44. Староста В., Попадич О. Мотивація навчання студентів-першокурсників. *Ukrainian Journal of Educational Studies and Information Technology*. 2019.

45. Стрілецька І.І. Особистісна тривожність як складний полідетермінований психічний процес. Інсайт: [Зб. наук. праць студентів, аспірантів та молодих вчених / ред. кол. І.В. Шапошникова, О.Є. Блинова та ін.]. Вип. 13. Херсон : ПП Вишемирський В.С., 2016. С. 299–301.

46. Толлок Д.В. Мотивація студентів до навчання в умовах воєнного стану. Наумовські читання : зб. тез доп. учасників ХХ Всеукр. наук.-метод. конф. здобувачів вищ. освіти та молодих вчених, присвяч. 300-річчю з дня народж. Г.С. Сковороди, Харків, 3–4 листоп. 2022 р. / Харків. нац. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди ; за заг. ред. О. А. Жерновникової. Харків : [б. в.], 2022. С. 358–360.

47. Томчук С.М., Томчук М.І. Психологія тривоги, страху та агресії особистості в освітньому процесі : монографія. Вінниця : КВНЗ «ВАНУ», 2018. 200 с.

48. Третяк О.М. Мотивація навчальної діяльності студентів. *Психолого-педагогічні проблеми вищої і середньої освіти в умовах сучасних викликів: теорія і практика* : матеріали II Міжнар. наук.- практ. конф., м. Харків, 11 квіт. 2017 р. / ХНПУ ім. Г. С. Сковороди, Жешув. ун-т, Пед. ун-т Чендус. ун-ту ; редкол.: О.А. Андрущенко та ін. Харків : ХНПУ, 2017. С. 262–264.

49. Тривожність під час війни. URL: <https://glamour.kyiv.ua/pilates/trivozhnist-pid-chas-vijni-shho-dopomozhe-zaspokeyitisyu>

50. Тригуб І. П. Мотивація студентів як один із основних факторів успішної професійної підготовки. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»* : збірник наукових праць. 2014. Вип. 48. С. 318-321.

51. Халік О.О. Тривожність на початкових етапах професійного становлення особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2014. Вип. 23. С. 663-676.

52. Циганчук Т.В. Динаміка переживання стресу студентами 1-4 курсів ВНЗ. *Збірник наукових праць інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПНУ*. Київ : Книга, 2010. 360 с.

53. Шкала Тейлора, адаптація М.М. Пейсахова URL: [https://psi-school one.at.ua/load/dopolnitelnoe\\_menju/diagnostichni\\_ji\\_material/opituvalnik\\_shkala\\_trivozhnosti\\_shkala\\_tejlora\\_adaptacija\\_m\\_m\\_pejsakhova/6-1-0-67](https://psi-school.one.at.ua/load/dopolnitelnoe_menju/diagnostichni_ji_material/opituvalnik_shkala_trivozhnosti_shkala_tejlora_adaptacija_m_m_pejsakhova/6-1-0-67)

54. Як впоратися з тривожністю під час бойових дій. URL: <https://mozok.ua/anxietydisorder/article/3722-yak-vporatisya-z-trivozhnstyu-pd-chas-bojovih-dj>

55. Ясточкіна І. Особистісна тривожність як соціально-психологічна проблема. 2020. URL: [http://psy-visnyk.lnu.lviv.ua/archive/6\\_2020/26.pdf](http://psy-visnyk.lnu.lviv.ua/archive/6_2020/26.pdf)

56. Ясточкіна І. А. Проблема тривоги та тривожності: соціальний аспект. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 11 : Соціальна робота. Соціальна педагогіка. 2015. Вип. 20. С. 197-203.

57. Ясточкіна І. А. Прояви тривожності серед студентської молоді. *Вісник Запорізького національного університету. Педагогічні науки*. 2014. № 1. С. 173-180.
58. Abraham H. Maslow. Motivation and Personality. URL: <https://www.holybooks.com/wp-content/uploads/Motivation-and-Personality-Maslow.pdf>
59. Chang C, Fang M. E-Learning and Online Instructions of Higher Education during the 2019 Novel Coronavirus Diseases (COVID-19) Epidemic. *J. Phys. Conf. Ser.* 2020.
60. Edgar S., Carr S.E., Connaughton J., & Celenza A. Student motivation to learn: is self-belief the key to transition and first year performance in an undergraduate health professions program. *BMC Medical Education*. 2019.
61. Heckhausen J., Wrosh K., Schultz R. A motivational theory of life development. *Psychological review*. 2010.
62. Herzberg Frederick. One More Time: How Do You Motivate Employees? Harvard Business Review Press URL: [https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/4551684/mod\\_resource/content/1/1.%20Herzberg\\_One%20More%20Time%20How%20to%20Motivate%20Employees%200%281%29.pdf](https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/4551684/mod_resource/content/1/1.%20Herzberg_One%20More%20Time%20How%20to%20Motivate%20Employees%200%281%29.pdf)
63. Ivaneko Y. Distance Learning as a Means of Developing Students' SelfOrganization. *Problems of Modern Psychology : Collection of research papers of Kamianets-Podilskyi National Ivan Ohiienko University, G.S. Kostiuk. Institute of Psychology of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine*. 2020. No. 49. P. 60–83.
64. Nevedomska Ye.O., Mykhailovska T.O. Yak podolaty pedahohu tryvozhnist studentiv? How to overcome teachers the anxiety of students? *Osvitohichnyi dyskurs*. No 1. 2016. S. 131–144.
65. Sbruieva A. Innovatsii u profesiinopedahohichnii pidhotovtsi maibutnoho vchytelia: metodohichni, zmistovi ta metodychni zasady. 2011. P. 30–32.



66. Student motivation to learn: is self-belief the key to transition and first year performance in an undergraduate health professions program? / S. Edgar et al. *BMC Medical Education*. 2019. Vol. 19, no. 1. P. 9-111.

67. Tomchuk S.M., Tomchuk M.I. Psykholohiia tryvohy, strakhu ta ahresii osobystosti v osvitnomu protsesi. *Psychology of anxiety, fear and aggression of the individual in the educational process*. Monohrafiia. Vinnytsia: KVNZ «VANO». 2018. 200p.

## ДОДАТКИ

### Додаток А

#### Методика діагностики особистості на мотивацію до успіху (Т. Елерса)

*Інструкція.* Вам пропонується ряд тверджень. При згоді з твердженням поруч з його цифровим позначенням ставите на бланку для відповіді знак «+» («так»), при незгоді - знак «-» («ні»).

#### *Текст опитувальника*

1. Коли є вибір між двома варіантами, його краще зробити швидше, ніж відкласти на деякий час.
2. Я легко драгуюся, коли помічаю, що не можу на 100% виконати завдання.
3. Коли я працюю, це виглядає так, ніби я все ставлю на карту.
4. Коли виникає проблемна ситуація, я найчастіше приймаю рішення одним з останніх.
5. Коли в мене два дні поспіль немає діла, я втрачаю спокій.
6. У деякі дні мої успіхи нижче середніх.
7. По відношенню до себе я більш строгий, ніж по відношенню до інших.
8. Я більш доброзичливий, ніж інші.
9. Коли я відмовляюся від важкого завдання, то потім суворо засуджую себе, бо знаю, що в ньому я домогся б успіху.
10. У процесі роботи я потребую невеликих пауз для відпочинку.
11. Старанність - це не основна моя риса.
12. Мої досягнення в праці не завжди однакові.
13. Мене більше приваблює інша робота, ніж та, якою я зайнятий.
14. Осуд стимулює мене сильніше, ніж похвала.
15. Я знаю, що мої колеги вважають мене діловою людиною.
16. Перешкоди роблять мої рішення більш твердими.
17. У мене легко викликати честолюбство.
18. Зазвичай помітно, коли я працюю без натхнення.
19. При виконанні роботи я не розраховую на допомогу інших.
20. Іноді я відкладаю те, що повинен був зробити зараз.
21. Треба покладатися тільки на самого себе.
22. У житті мало речей, важливіших, ніж гроші.
23. Завжди, коли мені треба буде виконати важливе завдання, я ні про що інше не думаю.
24. Я менш честолюбний, ніж багато інших.
25. У кінці відпустки я зазвичай радію, що скоро вийду на роботу.
26. Коли я розташований до роботи, я роблю її краще і кваліфікованішими, ніж інші.
27. Мені простіше і легше спілкуватися з людьми, які можуть завзято працювати.
28. Коли у мене немає справ, я відчуваю, що мені не по собі.
29. Мені доводиться виконувати відповідальну роботу частіше, ніж іншим.
30. Коли мені доводиться приймати рішення, я намагаюся робити це якомога краще.
31. Мої друзі іноді вважають мене ледачим.
32. Мої успіхи в якійсь мірі залежать від моїх колег.
33. Безглуздо протидіяти волі керівника.
34. Іноді не знаєш, яку роботу доведеться виконувати.

35. Коли щось не ладиться, я нетерплячий.
36. Я зазвичай звертаю мало уваги на свої досягнення.
37. Коли я працюю разом з іншими, моя робота дає великі результати, ніж робота інших.
38. Багато чого, за що я беруся, я не доводжу до кінця.
39. Я заздрю людям, які не завантажені роботою.
40. Я не заздрю тим, хто прагне до влади і положенню.
41. Коли я впевнений, що стою на правильному шляху, для доведення своєї правоти я можу піти й на крайні заходи.

*Ключ. Обробка результатів.* По 1 балу проставляється за відповідь «так» за наступними пунктами опитувальника: 2-5, 7-10, 14-17, 21, 22, 25-30, 32, 37, 41; «Ні»: 6, 13, 18, 20, 24, 31, 36, 38 і 39. Відповіді по пунктах 1, 11, 12, 19, 23, 33-35 і 40 не враховуються. Підраховується загальна сума балів.

1-6 балів – низька мотивація до успіху.

7-10 - нижче середнього рівня мотивації.

11-16 – середній рівень мотивації.

17-20 – помірковано високий рівень мотивації.

Понад 21 бал – надто високий рівень мотивації до успіху.

### Шкала тривожності (Шкала Тейлора, адаптація М. Пейсахова)

*Інструкція.* Необхідно дати відповідь на всі твердження, які містить опитувальник. Якщо вони відповідають вашому уявленню про себе, напишіть «Так», у протилежному разі – «Ні». Якщо вам важко дати певну відповідь, напишіть «Не знаю». Працювати бажано швидко, не пропускати запитань, ніяких додаткових записів не робити.

#### *Тестовий матеріал*

1. Часто я працюю з великим напруженням.
2. Вночі мені важко заснути.
3. Для мене приємні несподівані зміни у звичних обставинах.
4. Мені часто сняться страшні сни.
5. Мені важко зосередитися на якомусь завданні чи роботі.
6. У мене дуже неспокійний і переривчастий сон.
7. Я хотів би бути таким щасливим, як, на мій погляд, інші.
8. Безперечно, мені не вистачає впевненості в собі.
9. Моє здоров'я дуже турбує мене.
10. Часто я відчуваю себе нікому не потрібним.
11. Я часто плачу, у мене «очі на мокрому місці».
12. Я помічаю, що мої руки починають тремтіти, коли я намагаюся зробити щось складне чи небезпечне.
13. Часом, коли я збентежений, у мене виникає сильна пітливість і це дуже турбує мене.
14. Я часто ловлю себе на думці, що мене щось тривожить.
15. Нерідко я думаю про такі речі, про які не хотілося б говорити.
16. Навіть у холодні дні я легко пітнію.
17. У мене бувають періоди такого занепокоєння, Що я не можу всидіти на місці.
18. Життя для мене майже завжди пов'язане з надзвичайною напруженістю.
19. Я набагато чутливіший, ніж більшість людей.
20. Я легко бентежусь.
21. Моє місце серед оточуючих дуже мене турбує.
22. Мені дуже важко зосередитися на чомусь.
23. Майже весь час я відчуваю тривогу через когось або через щось.
24. Часто я стаю надто збудженим і мені важко заснути.
25. Мені доводилося відчувати страх навіть тоді, коли я точно знав, що мені нічого не загрожує.
26. Я схильний сприймати все дуже серйозно.
27. Мені часом здається, що переді мною постають такі труднощі, які я не здолаю.
28. Я майже завжди відчуваю невпевненість у собі.
29. Мене дуже тривожать можливі невдачі.
30. Чекання завжди нервує мене.
31. Часом мені здається, що я ні на що не здатний.
32. Бували періоди, коли через тривогу я не міг заснути.
33. Іноді я засмучуюся через дрібниці.
34. Я легко збудлива людина.
35. Я часто боюся, що ось-ось почервонію.

36. У мене не вистачить духу пережити всі майбутні труднощі.  
 37. Часом мені здається, що моя нервова система розхитана, і я ось-ось втрачу розум.

- 38. Найчастіше мої ноги і руки досить теплі.
- 39. У мене рівний і добрий настрій.
- 40. Я майже завжди відчуваю себе зовсім щасливим.
- 41. Коли потрібно на щось довго чекати, я можу бути спокійним.
- 42. У мене рідко буває головний біль.
- 43. У мене не буває серцебиття під час очікування на щось нове або тяжке.
- 44. Мої нерви розхитані не більше ніж у інших людей.
- 45. Я впевнений у собі.
- 46. Порівняно з іншими людьми я вважаю себе сміливим.
- 47. Я сором'язливий не більше ніж інші.
- 48. Часто я спокійний і вивести мене з рівноваги нелегко.
- 49. Практично я ніколи не червонію.
- 50. Я можу спокійно спати після будь-яких неприємностей.

*Ключ.* У твердженнях 1-37 підраховується кількість відповідей «Так», у твердженнях 38-50 кількість відповідей «Ні». Відповіді «Не знаю» підраховуються в усіх твердженнях і кількість їх ділиться на 2. Рівень тривожності визначається сумою цих трьох показників.

До 15 балів - низький рівень.

16-20 балів - нижче середнього.

21-23 бали - середній.

24-27 балів - вище середнього.

28-50 балів – високий

## Звідна таблиця отриманих даних за методиками

№ Респондента	Шкала тривожності (Шкала Тейлора, адаптація М. Пейсахова).	Методика діагностики особистості на мотивацію до успіху (Т. Елерса)
1	39-висока трив.	8- нижче середнього
2	37- висока трив.	4- низька
3	42- висока трив.	7- низька
4	35- висока трив.	8- нижче середнього
5	40- висока трив.	6- низька
6	38- висока трив.	9- нижче середнього
7	34- висока трив.	7- нижче середнього
8	38- висока трив.	6- низька
9	30- висока трив.	7- нижче середнього
10	24- вище серед.	9- нижче середнього
11	26- вище серед.	14-середня
12	24- вище серед.	12- середня
13	22- середня	15- середня
14	24- вище серед.	13- середня
15	24- вище серед.	13- середня
16	21- середня	17- поміркована
17	18- нижче серед.	18- поміркована
18	15- низька трив.	20- поміркована
19	17- нижче серед.	20- поміркована
20	21- середня	17- поміркована

## Додаток Г

**Кореляційний аналіз зроблено за результатами методики діагностики особистості на мотивацію до успіху (Т. Елерса) та методики тривожності (Тейлора, адаптація М. Пейсахова).**

X	Y
8	39
4	37
7	42
8	35
6	40
9	38
7	34
6	38
7	30
9	24
14	26
12	24
15	22
13	24
13	21
17	21
18	18
20	15
20	17
17	18

Результати за програмою Microsoft Excel

Показник	Результат
Коефіцієнт кореляції за Пірсоном	-0,90372
Об'єм вибірки n	20
z- перетворення за Фішером	1,192974425
se- стандартна помилка	0,242535625
c-95%- Квантиль довірливого інтервалу	1,959963985
Нижня границя zL	0,717613335
Верхня границя zU	1,668335515
Зворотне перетворення 95% нижня границя rL	0,615428771
Зворотне перетворення 95% верхня границя rU	0,931331279