

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ КРИВОРІЗЬКИЙ
ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Психолого-педагогічний факультет
Кафедра практичної психології**

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВТРАТИ ВНУТРІШНЬОЇ
МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ**

Кваліфікаційна робота студента
групи ППм-24
ступінь вищої освіти магістр
спеціальності 053 Психологія
Тищенко Дмитра Олександровича

Керівник: кандидат педагогічних
наук, Гапоненко Лариса Олександрівна

ЗАПЕВНЕННЯ

Я, Тищенко Дмитро Олександрович, розумію і підтримую політику Криворізького державного педагогічного університету з академічної доброчесності. Запевняю, що ця кваліфікаційна робота виконана самостійно і не містить академічного плагіату, фабрикації, фальсифікації. Я не надавала і не одержувала недозволену допомогу під час підготовки цієї роботи. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають покликання на відповідне джерело.

Із чинним Положенням про запобігання та виявлення академічного плагіату в роботах здобувачів вищої освіти Криворізького державного педагогічного університету ознайомлена. Чітко усвідомлюю, що в разі виявлення у кваліфікаційній роботі порушення академічної доброчесності робота не допускається до захисту або оцінюється незадовільно.

Тищенко Д.О. _____



ЗМІСТ

Вступ	4
Розділ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ВНУТРІШНЬОЇ МОТИВАЦІЇ	7
1.1. Поняття «внутрішня мотивація» в розвитку особистості	7
1.2. Психологічні чинники втрати внутрішньої мотивації студентів	16
1.3. Групова корекція психологічних чинників втрати внутрішньої мотивації студента	21
Висновки до 1-го розділу	25
Розділ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ВТРАТИ ВНУТРІШНЬОЇ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ	27
2.1. Стратегія організації емпіричного дослідження	27
2.2. Обґрунтування діагностичних методик	28
2.3. Інтерпретація емпіричного дослідження	32
Висновки до 2-го розділу	42
Розділ 3. ВПРОВАДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ З РОЗВИТКУ СТІЙКОСТІ ВНУТРІШНЬОЇ МОТИВАЦІЇ	44
3.1. Стратегія структурування психологічної корекції	44
3.2. Обґрунтування програми тренінгу з розвитку стійкості внутрішньої мотивації	52
3.3. Результати ефективності психологічного тренінгу в розвитку стійкості внутрішньої мотивації	59
Висновки до 3-го розділу	64
Список використаної літератури	66
ДОДАТКИ	68
Додаток А	68
Додаток Б	75
Додаток В	76
Додаток Г	78

Актуальність теми дослідження. Кожній людині знайомі відчуття стійкої спрямованості внутрішньої мотивації, сповненої захопленням від участі в роботі, сповненого задоволення від самого процесу її виконання. Проте не тільки в побутовому житті, але й в наукових дослідженнях існують різні підходи з пояснення чинників розвитку стійкої внутрішньої мотивації, які відносяться до соціально значущих й функціонально важливих для повноцінної життєдіяльності особистості, та зовсім обмежена кількість психологічних досліджень з пояснення причинно-наслідкових зв'язків втрати внутрішньої та її повернення.

Проблема мотивації є загально-психологічною, бо життєдіяльність людини реалізується через мотиви. Механізми внутрішньої мотивації представлені в різних теоретичних положеннях. У психоаналізі мотиваційне питання є базовою основою динамічних теорій. З. Фройд [36], [37] механізми внутрішньої мотивації розглянув через спектр психічної енергії потягів – до життя та до смерті; А. Адлер [44] дослідив динамічне прагнення до переваги; К.-Г. Юнг [64] сформулював індивідуацію як мотиваційну силу. У соціальнопсихоаналітичному підході Е. Фромм [50] визначає потяг до екзистенційних переживань через реалізацію екзистенційних потреб. В гуманістичній орієнтації А. Маслоу [58] розробив піраміду потреб через мотивацію до гедонізму; Г. Олпорт [42; 43] сформулював адекватну теорію мотивації як динамічно мотивовану систему; Х. Хекхаузен [54] створив теорію вольової дії, («Модель Рубікона» – покроковий опис прийняття рішення).

Більшість психологічних досліджень внутрішньої мотивації представлені в різних аспектах діяльності як розвиток особистості (О. Захарко [11], В. Климчук [14; 15; 16], С. Максименко [18], К. Фоменко [35], Г. Олпорт [43], Т. Gnambs, & B. Hanfstingl [53], S. Maddi [56], McClelland [57], R. Ryan, E L Deci [61], R. White [63]).

Досліджень з проблеми повернення втраченої внутрішньої мотивації дуже обмежена кількість. Найбільш відома «теорія реверсивності» (reversal theory) М. Apter [45]. Питання втрати внутрішньої мотивації, яка є функціонально важливою для повноцінного функціонування в соціокультурному просторі, набуває актуального значення.

З погляду на означене, обрана **тема** кваліфікаційної роботи: **«Психологічні особливості втрати внутрішньої мотивації студентів».**

Мета дослідження – здійснити теоретичне обґрунтування емпіричного дослідження чинників втрати внутрішньої мотивації та розробити психологічний тренінг для відновлення втраченої внутрішньої мотивації як соціально значимої для функціонування студентів.

Завдання дослідження:

1. Теоретичний аналіз структурних складових внутрішньої мотивації.
2. Визначити психологічні чинники втрати внутрішньої мотивації та виявити психологічні технології її відновлення.
3. Обґрунтувати доцільність діагностичного інструментарію з виміру психологічних чинників втрати внутрішньої мотивації студентів.
4. Розробити та впровадити програму психологічного тренінгу з відновлення втраченої внутрішньої мотивації, функціонально важливої для життєдіяльності студента.

Об'єкт дослідження – внутрішня мотивація.

Предмет дослідження – втрата внутрішньої мотивації студентів.

Методи дослідження:

- *теоретичні методи*: аналіз, синтез, порівняння, узагальнення за методом систематизації опрацьованого матеріалу з проблеми стійкості та втрати внутрішньої мотивації;

- *емпіричні методи*: «Опитувальник внутрішньої мотивації» Р. Раяна (адаптація В.О. Климчука, О.Л. Музики); тест «Досягнення успіху» Т. Елерса (Т. Ehlers); тест «Емоційний інтелект (тест EQ) (Н. Холл);
- *методи кількісної та якісної обробки даних*: описова математична статистика, кореляційний аналіз (за t-критерієм Стьюдента). Розрахунки здійснювались за допомогою комп'ютерного забезпечення Microsoft Office Excel 2010.

Практичне значення одержаних результатів: представлений теоретико-емпіричний матеріал з опису, діагностування та розробленого тренінгу з психологічної корекції структурування цілісності внутрішньої мотивації студентів може бути використаний студентами-психологами, практичними психологами, педагогами.

Апробація результатів дослідження. Результати проведеного дослідження оприлюднені на Міжнародній науково-практичній конференції “Integration science, technology and cultural development” 17-19 листопада 2025 року, м. Париж, Франція.

Структура кваліфікаційної роботи. Робота складається із вступу, трьох розділів, висновків до кожного розділу, загальні висновки, список використаної літератури (64 найменувань, з них 23 іноземною мовою) та додатків, уміщує 15 таблиць, 10 рисунків. Основний зміст роботи викладено на 67 сторінках, загальний обсяг складає 78 с.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ВНУТРІШНЬОЇ МОТИВАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

1.1. Внутрішня мотивація в розвитку особистості

У царині психологічних теорій мотивації особливе місце займають дослідження з пізнання загадковості утворення й розвитку внутрішньої мотивації. У своїй більшості соціально-психологічний аспект внутрішньої та зовнішньої мотивації розглядаються з точки зору ірраціональності та раціональності.

Внутрішня мотивація однозначно у всіх мотиваційних теоріях представлена такими складовими: задоволення; самодостатність; інтроспекція (рис.1.1.).

Задоволення: стійкий інтерес, захоплення		Самодостатність: ідентичність здатності виконати дію		Інтроспекція: зосередженість на внутрішній спроможності діяти
---	--	---	--	---

Рис.1.1. Складові внутрішньої мотивації.

Е. Deci & R. Ryan [49] внутрішню мотивацію розглядають специфічним індивідуально утвореним конструктом, який захоплює мотиваційне поле ініціативністю регулюючих факторів діяти без винагород, а тільки за власним інтересом, бажанням, що стає для людини задоволенням від самого процесу.

Зовнішня мотивація традиційно визначають як спеціально підібрані стимули, що впливають на особу для спонукання певної дії чи поведінки.

Різноманітність поглядів на феномен внутрішньої мотивації відстежується в багатозначності понятійного інструментарію:

- парацильова мотивація (від лат. *partialis* — частковий), яка є частковою в досягненні тимчасової мети;

- інтринсивна мотивація – стійка, з опорою на внутрішні фактори (потреби, бажання, інтересами, потяг);
- інтерналізована мотивація – ззовні обумовлена, що поступово або втрачається за умов відсутності підкріплення, або трансформується у внутрішню мотивацію.

Використовують синонімічні поняття різновидів внутрішньої мотивації, серед яких «внутрішньоорганізована мотивація», «самотивація», «телічна», «парателічна», «квазімотивація» та інші. Водночас, дослідники мотивації посиляються на базову основу мотивації – це спрямованість емоційної бажання отримати задоволення.

Теоретичний підхід про єдність внутрішньої і зовнішньої мотивації як психологічний розвиток особистості. Проблема єдності внутрішнього й зовнішнього світу психіки має принципово теоретико-методологічну основу, бо не можна розглядати окремий «елемент» психіки поза її інтегральної єдності із всією структурою особистості, соціального оточення, в якому вона розвивається. С. Максименко [19], М. Савчин [30] представили ключові ознаки цілісності розвитку психіки: «цілісності, унікальності, активності, вираження відкритості, саморозвитку і саморегуляції» [19, с.40].

С. Максименко внутрішню мотивацію представив процесом *само-руху* для *само-реалізації*, завдяки чому відбувається розвиток особистості в динаміці її життя від народження до повної її соціалізації, вершиною якої є *зріла особистість* [19]. Суб'єктний ознак фактично існуючої внутрішньої мотивації опредмечується в діяльності, яка соціальному оточенні оцінюється за критеріями: «гарно – потворно»; «схвалене (прийняте) – несхвалене (неприйняте)» і т.п. Соціокультурні цінності є детермінантами утворення смислових цінностей, які корегують та формують змістовно складову внутрішньої мотивації.

Внутрішня мотивація (ВМ) складається із це відчуття стану актуальності проблеми в теперішній час, особистісних характеристик, ситуативних факторів реалізації внутрішньої мотивації в діяльності. Особистісні властивості визначаються у внутрішній мотивації, смисловими цінностями спрямованістю. Визначають стійку, ситуативну, полімотивовану, яка залежить від таких психологічних феноменів.

Потяг («джерело» соматичних процесів) «у якому-небудь органі або частині тіла, подразнення якого в душевному житті втілюється в потязі» [39 с.356]. Потяг є початковим джерелом енергетично сили, яка пронизує всі останні складові потребово-мотиваційної схеми. Функція потягу визначається в стабільності гедонізму внутрішнього стану (гомеостазу), завдяки узгодження змін у внутрішніх і зовнішніх стимулів впливу.

3. Фройд пояснив потяг до задоволення нерозривною єдністю й водночас домінуванням одної із двох енергій – *лібідо* (*libido* – пристрасне бажання), що пов'язане із потягом до життя та енергією танатос (грец. Θάνατος *tanatos* – «смерть»), антипод лібідо. На прикладі нарцисизму З. Фройд пояснює поступовість переходу особистості із дитячого нарцисизму за нормальним розвитком психіки до аномального нарцисизму, коли особа втрачає зв'язок із соціумом. Виникають неусвідомлені мотивації «всевеличності», «магічної сили», а висловлення як «всемогутні думки» [37, с. 45].

Потреба є виразом потягу за силою енергетичного потягу (від слабкої до сильної) для цільової спрямованості, яка формує мотиви особистості до конкретно визначеного об'єкту. Потреба є усвідомленою й неусвідомленою.

Мотив (лат. *movere* – рухатись, активна дія) є опредмеченою, конкретизованою потребою, яка набуває екстравертивної свідомості для зв'язку внутрішнього із зовнішнім світом.

Мотивація є опредмеченою цільовою дією, що пояснює вимір її сформованості за методиками діагностування спрямованості. Таким чином,

мотивація є вершиною ієрархічної ланки за усіма попередніми ознаками, що утворилися й розвивалися від потягу до кінцевої мотивації. Г. Олпорт увів теорію функціонування автономії мотивації, суть якої визначається: людина сама бере відповідальність за обрану мотивацію й не несе тягар минулого дитинства [42].

Мотивація складається із декількох чинників, які обумовлюють спрямованість психічної активності й психосоціального саморозвитку в залежності від емоційної валентності.

Найбільш розробленою в сучасній психології є теорія ієрархії потреб А. Маслоу (рис.1.2.). Згідно вказаній на рис.1.1. моделі потреб, мотивація поведінки обумовлена існуванням ієрархії поступового переходу від нижчого до вищого рівня ієрархічної піраміди, які мають потяг до гедонізму (грец. hedone) задоволення [58]. Він пояснював, що домінування тих чи інших потреб залежать від попереднього рівня задоволення, які проходять в генезі розвитку потреби від фізіологічної до безпеки, що вже є соціально обумовленою потребою, від них потреби товаришувати, мати єдність із членами родини, а від них до потреби самоповаги, здатність вирішувати проблеми, керуючись моральними цінностями, проявом творчості та самоактуалізації (рис.1.1.).



Рис 1.2. Модель «Ієрархія потреб» А. Маслоу (за джерелом [25])

К. Фоменко стійкість внутрішньої мотивації розглядає через соціальнопсихологічну обумовленість, що супроводжується переживаннями задоволення, любові, які в зрілій особистості проявляються ніжністю, здоровими стосунками, довірою й відкритістю. За умов тривалої відсутності таких переживань, виникає фрустрація й деформація внутрішньої мотивації.

Дж. Боулбі в науковій праці «Приєднання й утрата» визначив особливу значимість соціальних чинників у формуванні внутрішньої мотивації за модулями переживань відносно доступності дитини задовольнити потребу в спілкуванні та взаємодії з батьками. В залежності від негативних чи позитивних переживань дитини, він представив утворення захисних механізмів, які і є внутрішньою мотивацією: *безпечний* тип (відкритий, доступний, легкий), *тривожний* тип (сумнів, невпевненість, страх розлуки); *уникаючий* тип (зосередженість на власній автономії, холодний, відсторонений) [47].

Дж. Роттер визначив стійкість внутрішньої мотивації за умов задоволення від пізнання, що спонукає до суб'єктності особистості та навпаки, за умов нудьги, посиленого тиску зовнішньої мотивації, стійкість внутрішньої знижується або ж втрачається [27]. Таким чином, внутрішня мотивація має інтелектуальну та емоційну валентність, яка в сучасній психології представлена *емоційним інтелектом* як предиктором стійкості внутрішньої мотивації.

Означене потребує зупинитись на поясненні поняття «*емоційна валентність*» (ЕВ), яка складається із «порогу» емоційного забарвлення за валентністю «позитивна» або «негативна». Емоційна валентність використовується в описі спрямованості мотивації в різних аспектах психічних явищ за принципом «задоволення» чи «незадоволення» не з позиції спостерігачів, а з внутрішньої мотивації. Наприклад, І. Стельмах емоційну

валентність використовує в аналізі ідентичності особистості як реалізації внутрішнього мотиву. Вона доводить, що в умовах загостреної ситуації війни зросли екзистенційні виклики «зростання самотності серед внутрішньо переміщених осіб (ВПО), які втратили не лише домівки, а й стабільні соціальні ролі та ідентифікаційні опори» [31, с.138].

Психологічні дослідження феномену «*внутрішня мотивація*» виникає пізніше, ніж зовнішня мотивація. Зовнішня мотивація успішно вивчалась у біхевіоризмі, потім у необіхевіоризмі. Вона поділяється на:

- 1) *редукційну мотивацію* – це психофізіологічне збудження спонукає гомеостатичну активність для задоволення біологічних потреб (відпочинок, сон, їжа, температурний режим і т.п.);
- 2) *психогенну мотивацію* – це спонукання до активності діяти усвідомленими потребами, бажаннями, почуттями в конкретно визначеній предметній дії або в теоретичній моделі від уявлення до опису [31].

Внутрішня мотивація за К.-Г. Юнгом є потягом до індивідуації, до розвитку «*самості*» (нім. Selbst) в набутті цілісності особистості. Він писав: «Его отримує світло від самості. Ми щось знаємо про самість, але нічого не знаємо Потри те, що ми отримуємо від самості світло свідомості» (цитуються за Л. Копець, [17 с. 235]).

Ж. Годфруа (J. Godefroy) розглядає внутрішню мотивацію непохитним зв'язком між *емоційним станом* та *сприйманням*, яке повністю *залежить* від валентності емоції. Домінанта уваги залежить від концентрації потягу. Так вибудовувалась теорія *мотивація примусу* і *мотивація задоволення*, які регулюються емоційною валентністю. Мотивація є проявом емоційно забарвлених потреб, інтересів, потягів, намагань, інтересу. Їх єдність в психологічних дослідженнях представлена поняттям «емоційно-мотиваційний компонент» як складова внутрішньої диспозиції. Для кожної особистості вона суто індивідуальна й залежить як від біологічних, так і соціальних факторів. Їх

різниця в емоційній валентності сприймання об'єктів. Для одних осіб об'єкт викликає задоволення, для інших цей же об'єкт – незадоволення. В залежності від валентності емоцій вибудовується *спрямованість внутрішньої мотивації* на сприйняття. «Без мотивації будь-яке сприйняття стає марним» [51, с. 200].

С. Максименко розглядає внутрішню мотивацію через категорію «спрямованість», яка є життєвим шляхом особистості. Він доводить, що змістовність життєвого шляху упорядковується внутрішньою мотивацією «як дійсне об'єднання найважливіших цінностей, найважливіших смислоутворюючих мотивів, яке роблять життя людини структурованим, упорядкованим, цілеспрямованим» [19, с. 223].

Найсуттєвішими компонентами внутрішньої мотивації є *смилові цінності*. Наприклад, естетична спрямованість, спонукає жити по законам краси, якщо говорити про етичну спрямованість, то особа діє відповідно законів добра і справедливості, якщо націлена на прагматичну спрямованість, «то це в законах користі, або по законам продажу, по законах товару» [19, с. 224]. Саме *смилові цінності* є тими маркерами, які найкраще розкривають внутрішній світ людини (М. Папуча, 2011), що підтверджується змістовним наповненням тестових завдань в діагностичних методиках.

Складність внутрішньої мотивації полягає в її динамічності, яку описав Х. Хекхаузен. Проаналізувавши шість теорій у зарубіжній психології, він визначив їх особливості в парній протилежності: «потяг – редукція»; «потяг до свободи – цільова спрямованість»; «оптимальна активність – без оптимального рівня активації»; «самодетермінація – емоційне забарвлення» «тематична однорідність – цільова мета». Х. Хекхаузен пояснює, що внутрішня мотивація вважається саме та поведінка, яка спрямована не на задоволення фізичних потреб, а на реалізацію потягів, що не підлягають принципу гомеостазу (наприклад, дослідницькі та маніпулятивні потяги) [54, с. 718]. *Внутрішня мотивація є психогенною, тобто пізнавальною, а не гомеостазною.*

Якщо розглядати внутрішню мотивацію з позиції гуманістичної психології, то її виявлення в розумінні К. Роджерса – це самоактуалізація. За показниками самоактуалізації «ми можемо сказати ... ким буде людина» (цитата подається за джерелом [19.,с.224]). Йому вдалось створити «шкала перебігу процесу психотерапії» завдяки зміні внутрішньої мотивації, яку шукав і знайшов клієнт. Л. Копець визначає «невгамовність» внутрішніх мотивів, «всі люди завжди чогось бажають і є мотивованими на пошук особистісних цілей» [18, с. 228]. Забарвленість мотивів складає своєрідну індивідуальну відмінність в загальній картині структури особистості. Авторка пояснює, що мотиваційне питання в психології є найскладнішим питання для персонології.

У науковій праці «Дослідження особистості» Г. Мюррей (Murrey H.A. [59]) визначені дві групи потреб, які спонукають внутрішню мотивацію: *перша група потреб* людини є *первинними* (вісцерогенні потреби), які безпосередньо зв'язані із психофізичними законами життєдіяльності кожної особи, відчуються на рівні тіла й періодично виникають у відчуттях (їжа, сон, температурний режим тощо) та функціонально відповідають за тілесні задоволення; *втора група потреб* людини є *психогенні* (мають психічну природу), які не пов'язані із тілесними відчуттями, за своєю генезою є вторинні по відношенню до вісцерегенних потреб і функціонально пов'язані із психічними, емоційними задоволеннями.

Розвиваючи цю ідею, Г. Мюррей представив дві підгрупи *психогенних потреб*, які завдяки внутрішній мотивації сприяють розвитку особистості:

- 1) внутрішня мотивація в задоволенні *пізнавального характеру*, тобто потяг пізнавати щось нове, про що автор визначає психотерапевтичний ефект будь-якої подорожі екзистенційного характеру;
- 2) внутрішня мотивація в задоволенні здійснити обмін набутих знань – висловлювання на емоційно-когнітивному рівні [59].

За Е. Фроммом екзистенційні потреби є базовими внутрішньої мотивації. В її основу він поклав задоволення від екзистенційних потреб, сформованих на основі внутрішньої боротьби за *свободу* та *безпеку*, якщо їх немає, то втрачається потреба та внутрішня мотивація.

1. Потреба в стосунках за смисловою спрямованістю на з'єднання з людьми (потреба турбуватися за кимось) у випадку втрати – на роз'єднання.

2. Потреба в подоланні визначається, що підвладно творчій особі в подоланні труднощів на своєму шляху, або навпаки, стає репродуктивною, втрачає пластичність, свободу й набуває деструктивності в своєму розвитку

3. Потреба у вкоріненні як прагнення до єднання із навколишнім світом і якщо не переживає сепарацію у роз'єднанні з батьками, як дитячого потягу, то втрачає свою цілісність й нездатність адаптуватися в змінному суспільстві.

4 Потреба в ідентичності як природно заданої потреби власної тотожності відділення свого «Я» від «Я» іншого, за умов коли не відбулась ідентичність, то проявляється «сліпе наслідування авторитету» й незадоволення власним життям.

5 Потреба екзистенційної спрямованості структурувати свою діяльність віддано загальнолюдським цінностям, установкам, що орієнтують життєвий шлях і надійну опору ментального здоров'я, та навпаки, за відсутністю сформованих такої потреби втрачається внутрішня мотивація [50].

О. Захарко стійкість внутрішньої мотивації пов'язує із рефлексією. «У разі підконтрольної орієнтації, як і в першому випадку, людина відчуває зв'язок своєї поведінки з результатом, проте джерелом активності є зовнішні вимоги. Отже, тут маємо справу із зовнішньою мотивацією» [11, с. 147]. Це дає підставу розглядати внутрішню мотивацію такій схемі (рис.1.2.)

Потяг як енергія психічки	Потреба як спрямованість на гедонізм	Мотив як соціально-обумовлений зв'язок	Внутрішня мотивація за смисловими цінностями	Мотивована діяльність як задоволення від процесу
---------------------------	--------------------------------------	--	--	--

Рис.1.3. Схематичне відтворення ієрархії внутрішньої мотивації

Отже, *внутрішня мотивація соціальної спрямованості* рефлексивна до осмислення смислових цінностей, які насичують задоволенням від самого процесу практичного виконання та соціальної значимості. Така внутрішня мотивація завдає психологічне благополуччя, стійкість екзистенційних потреб, сприянню ментального здоров'я. Стійкість внутрішнього мотиву позначає загальну психологічну характеристику людини, її риси та властивості.

1.2. Психологічні чинники втрата внутрішньої мотивації студентів

Аналіз сучасних публікацій з проблематики втрати внутрішньої мотивації мало досліджений. У своїй більшості розглядаються питання *розвитку внутрішньої мотивації*. Такий стан розробленості визначив логіку нашого дослідження – «від зворотного», тобто визначити такі чинники, які протилежними стійкій мотивації та внаслідок соціально-психологічних чинників регресує, а то і повністю зникає.

Втрата внутрішньої мотивації поділяється на такі види: **часткова втрата** та **повна втрата**. Їх утворення залежить від багатьох факторів соціальнопсихологічного впливу на психіку особистості. Наприклад, втрата партнера, члена сім'ї, воєнний стан, відсутність зворотного зв'язку щодо виконання видів діяльності або відсутність чіткої мети та плану виконання певного виду роботи.

Визначають такі зовнішні чинники втрати внутрішньої мотивації.

1. Відчуття втрати внутрішньої самодетермінації є ознакою втраченої внутрішньої мотивації.

2. Не сформована ціль та план виконання роботи теж є ознакою втрати внутрішньої мотивації.

3. Втрата соціального колу однодумців для обміну інформаціями теж є ознакою втрати внутрішньої мотивації

4. Кризова ситуація (втрата близької людини, віна, вимушене переселення і т.п.) може стати детермінантою втрати внутрішньої мотивації.

Проте ми спрямували наше дослідження на визначення внутрішніх диспозицій, які набули деформації або є несформованими такими властивостями, які відповідають зрілості особистості. Тому було здійснено теоретичне обґрунтування визначених нами психологічних чинників втрати внутрішньої мотивації.

Згідно психоаналізу З. Фрейда втрата внутрішньої мотивації може мати психотичний фактор у вигляді регресії (повернення від більш вищого ступеню розвитку до нижчого та повернення до спрощеного виду, наприклад, способу мислення) [36] З.Фрейд пояснив цей механізм на основі сновидінь, довів регресію як втрату свідомого й переходу в царину несвідомого смутного вираження чутливих образів [37].

Продовжуючи ідею А. Адлера про потяг до переваги, Ю. Козелецький представив «трансгресивну концепцію» про *губристичну мотивацію* – стійка мотивація отримувати зовні власне звеличення, постійне підкріплення самоповаги. Автор цієї концепції визначив два плани дієвості такої мотивації:

- перфекціонізм як шлях до вдосконалення;
- боротьба за владу та перевагу за будь-яку ціну [43].

Коротка інформація дає перші ознаки втрати внутрішньої мотивації – це втрати соціально значущості як смислової цінності. Тому, в нашому

дослідженні ми розглядаємо втрату внутрішньої мотивації студента розглядали через такі психологічні чинники.

Перший чинник (фактор) втрати внутрішньої мотивації студента – це деформована ідентичність. Виявляється спотворене уявлення про свій образ Я, обмежений рольовий репертуар, який утворився в наслідок системного перебування в травматичних для психіки ситуаціях та утворення стану дистрес. Такі студенти проявляють невпевненість, пасивність, зневіру у власних потенціалах, керуються зовнішнім локусом контролю та проявом ригідної поведінки (П. Горностай [8], З. Мірошник [20]). Не здатність до конструктивної рефлексії сприяє нівелюванню соціальної оцінки результатів продукту діяльності (Л. Гапоненко, О. Чаркіна [7], О. Савченко [28]). Такі конструкти внутрішньої та зовнішньої диспозиції знижують результативність мотивованої дії з виконання соціально значимих функцій.

Повна втрата внутрішньої мотивації відбувається, коли виконання соціально значущої для особистості діяльності не викликає морально-етичних переживань (совість), яка не піддається зовнішньому контролю та управлінню. За таких умов поведінка студента аномальною (відхиленою від норм), що призводить до конфронтації із соціальним оточенням [8]. За типом уникнення, поведінка набуває різноманітність конформістської ідентичності, або в егоїстичної ідентичності [47].

Про цей чинник вказує О. Захарко: «Є люди, які схильні відчувати себе пішаком у більшості життєвих ситуацій, а є й такі, які постійно відчують себе джерелом змін у навколишньому світі. ... Важливим висновком цієї теорії є те, що людина, якій властиве сильне почуття самоствердження і яка відчуває свою компетентність у взаємодії із середовищем, є активнішою. ... Якщо людина здатна протистояти зовнішнім вимогам, з'являється почуття самостійності та задоволення від діяльності людини» [11, с. 145]. Якщо студент відчуває себе

пішаком, то поступово він втрачає інтерес до цієї роботи, а потім повну втрату внутрішньої мотивації.

Danko D. et.al. визначають деформацію ідентичності в когнітивному показнику – це «оцінка ситуації» та її інтерпретація. Уникаючий та тривожний тип внутрішньої мотивації не здатний справитись із ситуацією, про що доводять автори на прикладі кореляційного зв'язку емоційного інтелекту юних спортсменів та їх вибором стратегії подолання труднощів» [48, 1519].

Другий чинник (фактор) втрати внутрішньої мотивації – низький рівень емоційного інтелекту студента. О. Климчук [15] досліджує внутрішню мотивацію й виявив, що тривала втрата інтересу у виконанні певної діяльності відбувається за умов низького рівня емоційного інтелекту. У студента на зауваження може виникати відчуття сорому, невпевненості, а то й агресивності, які не сумісні з внутрішньою мотивацією, бо вона спрямована на пізнавальну діяльність.

М. Савченко та інші розглядають резильєнтність як одну із головних чинників стійкості долати труднощі, серед яких є перенасичення інформаціями чи монотонною діяльністю. Дискомфорт орієнтує таких осіб до зміни діяльності на пристосування виконувати чужі вказівки, що призводить до емоційного та професійного вигорання [28]. Тривале перебування в дискомфорт передбачає таку здатність емоційного інтелекту для копінг-ресурсів, який забезпечує витримку стресогенним ситуаціями. Для зрілої особистості емоційний інтелект визначає екзистенційну ідентичність (за Е. Фроммом), інтернальний локус контролю, афіліацію, емпатійне ставлення до себе та Інших за духовно-ціннісними смисловими установками.

За відсутністю таких властивостей особа переживає *дистрес* – це реагування організму оточуючу ситуацію, яка сприймається загрозливою. Не сформований емоційний інтелект не сприяє утворенню еустресу – так званий позитивний стрес мобілізації внутрішніх ресурсів для подолання викликів

життю. Для таких осіб характерними рисами є стан «придушливості», «маскування», «слабкість», пасивність відстоювати власні інтереси, втрачається розвиток резилієнтності (ego-resiliency) як властивості витримувати життєві неприємності. Відбувається втрата гнучкості й творчої винахідливості. Концентрація на невдачі не сприяє відновленню ресурсів адаптації [30, с. 306].

О. Амплеева визначає емоційний інтелект як професійно необхідну складову ефективного самофункціонування в роботі з клієнтом, допомагаючи йому створювати передумови розпізнання якості емоційних проблем, їх вербалізації та інсайту в адекватному вирішенні психологічної проблеми. Вона визначає такі складові емоційного інтелекту як рефлексивне сприймання внутрішніх переживань, оцінки їх вираженості у невербальній поведінці та дискурсу мовлення, техніки володіння емоційним управлінням [1, с. 4-5].

Третій чинник (фактор) втрати внутрішньої мотивації студента – це низький рівень потягу до успіху. Цей чинник ми обираємо за теорією реверсивності та людської активності, яку запропонував М. Аптер (M. Apter [46]). Його ідея полягала в показнику суб'єктивного переживання досвіду вмотивованості, яку він визначав за виміром співвідношенням внутрішнього відчуття інтенсивності активації (arousal) і рівнем задоволення витраченої енергії (показник гедонічного тону). Посилаючись на дослідження проведених в галузі оптимальної активізації, він встановив, що кожна особистість має свій рівень потенціалу активності, а точка активності є нестабільна й за умов відсутності гедонізму, може переміщатися. М. Аптер визначив **телічну мотивацію**, коли співпадає активність й гедонізм та **парателічну мотивацію**, коли не співпадає активність і відчуття гедонізму. Неспівпадіння визначаються в тривалих негативних переживаннях, які «підривають» впевненість особистості на екзистенційному рівні. О. Захарко пише: «Люди в

парателічному стані прагнуть високого рівня збудження як збудження, тоді як відсутність стимуляції переживається як нудьга» [46, с.147].

Визначені психологічні чинники втрати внутрішньої мотивації знижують рівень емоційного інтелекту та потягу до успіху, так як смислові цінності не стають ціннісно-мотиваційними.

1.3. Групова корекція психологічних чинників втрати внутрішньої мотивації студента

Психологічна корекція є професійною діяльністю психолога, яка ґрунтується на спеціально підібраних психологічних впливах на деформовані складові структури внутрішньої мотивації. Завдяки спеціальним тренінговим вправам психолог створює психологічну умови для розпізнання неусвідомленої деформації складових внутрішньої мотивації з метою повноцінного функціонування особистості. Свідомість при неусвідомлених мотиваціях бере участь тільки «в оформленні тих чи інших намірів», але не здатна сприйняти реальність (Т. Яценко [41]).

У соціально-психологічних публікаціях надається опис реверсії втраченої внутрішньої мотивації, яка в більшій мірі представлена в груповій корекції. Серед таких робіт в цьому аспекті приваблює своєю чіткістю в подоланні втрати внутрішньої мотивації в дослідженнях Д. МакКлелланда (D. McClelland [57]), (рис.1.1):



Рис. 1.1. Візуалізація трьох складових стійкості внутрішньої мотивації за Д. МакКлелланда [57]

Він зазначає, щоб не втрати внутрішню мотивацію, рекомендовано розвивати в тренінгу три взаємопов'язаних стійких емоційно-мотиваційних станів, тобто, емоцій позитивної валентності:

- Need for Power, емоційна забарвленість внутрішньої мотивації в досягненні;
- Need for Achievement, емоційна забарвленість у владі та **приналежності до групи однодумців**;
- Need for Affiliation, емоційна забарвленість в **афіліації** [57]

Виходячи з означеного, втрату внутрішньої мотивації ми розглядаємо в утворенні внутрішнього конфлікту між: ієрархічно вибудованого стійкої мотивації **досягнення**, що відповідає смисловій цінності та відсутності **самореалізації** з позиції схвалення, підтримки, соціальної регуляції щодо своїх «крокових» досягнень на цьому шляху.

Наприклад, студент-психолог обрав професійну освіту отримання відповідної психологічної компетентності, але в процесуальності освітнього процесу не відбулись реалізації його професійної освіти у досягненні відчуття власної значимості як фахівця, як знавця, який вміє вирішувати психологічні

проблеми. Внутрішньо він відчуває втрату належності до психологічної спільноти, відсутності обміну психологічними знаннями, які укріплюють афіліативні почуття, призводить до розгубленості, тривожності та розчарувань, що є ознак втрати внутрішньої мотивації. Баланс внутрішньої стійкості руйнується так як він є ще несформованою зрілою особистістю. Та якщо стійкі особистості волевими зусиллями відновлюють втрачену стійкість. Д. МакКлелланд підкреслює, що для волевих осіб загальною рисою є стійкість до утворення відчуття благополуччя, а невдачі та розчарування, це тільки часткова невдача [57].

Інший напрям подолання втрати важливої за функціональним значенням в життєдіяльності особи є розвиток *резильєнтності*. «На сьогодні резильєнтність розглядається як ефективна модель відновлення та розвитку особистості в складних життєвих ситуаціях, що набуває великого значення через необхідність постійної протидії дистресу, пов'язаного із актуальними соціально-економічними проблемами ...воєнного часу» [30, с. 303].

Дослідження Р. Уайте (White R. [60]) в аналізі переосмислення мотивації та важливості стійкості внутрішньої мотивації визначив 6-ть складових (PR6):

- 1) здатність реально сприймати й визначати шлях досягнення мети;
- 2) зберігати спокій в ситуації напруження чи кризи;
- 3) саморегуляція спокою й впевненості досягти наміченої мети;
- 4) прийняття інших в груповій взаємодії,
- 5) дотримання принципів збереження здоров'я;
- 6) творче міркування в утруднених ситуаціях [].

Означені положення є тими «точками дотику» у внутрішніх диспозиціях, які потребують корекційного впливу на їх розвиток. Розвиток резилієнтних властивостей сприяє оновленню втраченої внутрішньої мотивації.

Групова динаміка в психологічних тренінгах сприяє глибинному розкритті членів групи, що є стимулюючим для кожного учасника відрефлексувати

внутрішні втрачені мотивації. Одним із складових групової роботи є можливість створити «мікроклімат» соціального життя та проекспериментувати кожному учаснику найбільш успішні патерни в розв'язання внутрішнього напруження (внутрішнього конфлікту) та переконатися в необхідності розвивати здатність використовувати психологічний механізм конструктивної рефлексії як інструментарію:

- 1) рефлексивний аналіз образ Я в аспекті внутрішніх переживань та їх самокорекція до розвитку зрілої особистості;
- 2) аналізувати план та наслідки його реалізації щодо встановлення «робочого узгодження» за принципом діалогічне спілкування [6]

Як було зазначено в двох попередніх параграфах, втрата внутрішньої мотивації ґрунтується на деформації внутрішньої диспозиції студента відносно емоційно-мотиваційної, когнітивно-ціннісної та поведінково-творчій складовій.

В основу технології психокорекційного процесу були обрані психологічні механізми – це:

- групова динаміка, яка спрямована на досягнення тематичної цілі тренінгового заняття;
- поступового переходу від одної стадії особистісного розвитку на більш вищий рівень;
- конструктивна рефлексія з усвідомлення деформованої ідентичності, слабо вираженого потягу до успіху та розвитку емоційного інтелекту. Ефективність їх використання передбачає сприяти відновленню відчуття захисту й свободи, рефлексивно обраного рольового репертуару для апробації досвіду ідентичності з різними рисами людини та досягання «позитивної дезінтеграції та вторинної інтеграції на більш вищому рівні розвитку психіки»

[, с. 35].

В емпіричному дослідженні означені теоретичні положення покладені в основу здійснення емпіричного дослідження.

Висновки до 1 розділу

Теорія внутрішньої мотивації виникає після теорій мотивації, яка розглядалась в контексті соціально-психологічної обумовленості. Введення поняття «внутрішню мотивацію» дозволило досліджувати складові внутрішньої диспозиції особистості. Перші дослідження були спрямовані на вимір відчуттів внутрішньої самодетермінації до дії як внутрішню мотивацію (Deci, E., Ryan R. (1985) [49]). Розвиток екзистенційно-гуманістичної психології, якій відкрив складові внутрішньої диспозиції особистості за показниками цілісності, індивідуальної неповторності, саморозвитку, саморегуляції та відкритості, розширили уявлення про внутрішню мотивацію як таку, що не тільки самодетермінована, але й має компетентність (Fromm, E. [50], Paul E.M. [60], White R [63]).

Сучасні дослідження з проблеми мотивації, дозволили визначити важливість емоційного інтелекту як чинника стійкості мотивації завдяки здатності реального сприйняття будь-якої ситуації та вміння проявляти такі властивості як відповідальність, сумлінність, доброзичливість, емоційна стійкість, відкритість (Goleman D [52], Носенко Л. [22]).

За теоретичним аналізом були визначені три чинники втрати внутрішньої мотивації, які є внутрішніми диспозиціями особистості й піддаються діагностуванню та психокорекції. До них ми виділили:

- 1) деформовану ідентичність з наявністю внутрішніх рольових конфліктів (П. Горностай []) обмежене коло рольових позицій (З. Мірошник []);

2) низьким рівнем емоційного інтелекту які виявляються за мотиваційними когнітивними показниками (Goleman D [52], Носенко Л. [22]); 3) низький рівень потягу до успіху (М. Apter [46]).

Визначені чинники втрати внутрішньої мотивації студента дозволяють спланувати емпіричне дослідження, які використані для визначення діагностичного інструментарію та за отриманими результатами розробити групову психокорекційну роботу.

Розділ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ВТРАТИ ВНУТРІШНЬОЇ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ

2.1. Стратегія організації емпіричного дослідження

Емпіричне дослідження складалось з двох етапів:

1. Констатувальний етап, присвячений виміру рівнів негативних чинників втрати внутрішньої мотивації студентів, які раніше для них були значимі й функціонально потрібними.
2. Формувальний етап складався з розробки та залучення респондентів нашого дослідження до психологічного тренінгу по зниженню низького рівня внутрішньої мотивації або її реверсії.

Мета констатувального діагностування – визначення рівня існуючих чинників в структурі внутрішньої мотивації, що спонукають до її зниження або втрати, залишаючись при цьому функціонально необхідними на повноцінній життєдіяльності студентів.

Методика проведення емпіричного дослідження.

Для здійснення цього виду професійної роботи психолога обов'язковою компетентністю є дотримання вимог проведення діагностування. Враховуючи означене, ми дотримувалися етичних принципів залучення, проведення та повідомлення за індивідуальним запитом результатів отриманих діагностичних матеріалів згідно принципів і правил співробітництва за «Етичним кодексом психолога» [9].

Гіпотеза емпіричного дослідження полягала в припущенні, якщо буде низький рівень внутрішньої мотивації, то і усі складові емоційного інтелекту будуть низькими – емоційна обізнаність, его-контроль, рефлексія емоцій, емпатія, емоційне розпізнання, проте за умов психологічного впливу на ці структури, буде перехід від ціннісно-смыслових значень до ціннісномотиваційної внутрішньої мотивації для повноцінного функціонування.

Згідно цього документу була проведена процедура узгодження співпраці респондентів щодо їх згоди сумісно працювати на констатувальному та формульовальному етапі нашої емпіричної роботи (Додаток А.1..2).

План проведення констатувального етапу дослідження представлений в таблиці 2.1.

Таблиця 2.1.

План проведення констатувального етапу дослідження

П/№	Етап	Зміст роботи	Термін виконання
1	Теоретико-методичне обґрунтування доцільності обраних тестових методик	Опрацювання діагностичнопсихологічної літератури з метою визначення відповідності за показниками: валідність, надійність і репрезентативність стандартизованих діагностичних методик, а також доступність змістовних завдань для зручності розуміння їх при виконанні тестового завдання	10-20.06.2025
2.	Створення Google-форми та завантаження тестових методик з вказаними інструкціями для виконання завдань.	Тести були авторизовані для надання індивідуального щодо результатів діагностування. У зв'язку з авторизованими методиками, були передбачені рекомендації за результатами діагностування	21.06 – 10.07.2025
3.	Статистичноматематичний аналіз та опрацювання отриманих результатів	Обрахування за балами та відсотками, а також здійснення прорахування кореляційного аналізу за Пірсоном Microsoft Excel	15-20.07.2025
4.	Інтерпретація отриманого результату	Аналіз, узагальнення, систематизація та визначення закономірностей існування в	21-25.2025
		структурі внутрішньої мотивації, які є руйнівними в стійкості соціально значимих внутрішніх мотивах	

Діагностування здійснювалось на платформі Gool
<https://forms.gle/3eJkvuG7JPnLTRTn7>

До участі в емпіричному дослідженні були запрошені здобувачі магістратури за спеціальністю 053 «Психологія», психолого-педагогічного факультету Криворізького державного педагогічного університету. Вікова категорія респондентів склала від 25 до 50 років. Цей період за Дж. Бірреном визначений як зрілий період в психогенезі особистості. В емпіричному дослідженні прийняли участь респонденти в загальній кількості 30 осіб, з них 20 жінок (66,6 %) та 10 чоловіків (33,3%), які здобувають другий (магістерський) рівень вищої освіти. Дослідження проводилось з 12.07 по 28.08.2025 р.)

2.2. Обґрунтування обраних діагностичних методик

Відбір тестових методик здійснювався за результатами теоретичного обґрунтованих чинників втрати внутрішньої мотивації (див. параграф 1.2.). Був обраний наступний діагностичний інструментарій (табл. 2.2)

Таблиця 2.2.

Тести з виміру чинників втрати внутрішньої мотивації

Методики	Показники вимірювання
Опитувальник внутрішньої мотивації Р. Раяна (адаптація В.О. Климчука, О.Л. Музики) [14]	Виміряє загальний рівень внутрішньої мотивації за 6-ти шкалами, кожна з яких висвітлює ставлення до свого «Я», самопослідовності досягати кінцевий результат та резигнації (демотивованість).
Тест «Досягнення успіху» Т. Елерса (Т. Ehlers) [32]	Визначає внутрішню мотивацію за динамікою спрямованості на успіх чи на уникнення.
Тест «Емоційний інтелект (тест EQ) (Н. Холл) [27]	Вимірює складові емоційно-мотиваційної диспозиції за показниками емоційного управління, рефлексії емоцій, емпатії та емоційної обізнаності.

Опитувальник внутрішньої мотивації (Intrinsic Motivation Inventory – ІМІ) Р. Раяна (адаптація В.О. Климчука, О.Л. Музики) дозволяє виміряти мотиваційну спрямованість на гедоністичне задоволення, яке не стосується смисловим цінностям соціальної значимості, підтвердити або спростувати показник ціннісно-смислової мотивації за екзистенційними потребами, або навпаки, ціннісно-смисловими потребами егоїстичної спрямованості.

Складається з 14 стверджень, розподілених в 4 субшкалах:

- мотиваційну спрямованість гедоністичних відчуттів у роботі;
- мотиваційну спрямованість ухилення чи сумлінності;
- мотиваційну спрямованість відкритості / закритості до компетентності;
- мотиваційну спрямованість до емоційної стійкості чи імпульсивності.

Оцінювання за 5-ти бальною системою: від 1 до 5 балів. Чим вищий бал, тим вищий рівень внутрішньої мотиваційної спрямованості та навпаки.

Тест **«Мотивація досягнення успіху» Елерса** дозволяє визначити оптимальне вимірювання рівнів «сумлінності – безвідповідальності», «емоційної стійкості – імпульсивності», «відкритості – закритості», які представлені у 41 твердженні. Рахується статистичний матеріал за індивідуально обраною відповіддю: «да» чи «ні». Підрахунок проводиться в балах, відповідно яким визначають 4-рі рівні:

низький рівень мотивації до успіху від 1 до 10 балів; середній
рівень мотивації до успіху від 11 до 16 балів; помірковано
високий рівень мотивації від 17 до 20 балів; високий рівень
вмотивованості до успіху вище 20 балів

За умов низького рівня мотивації, є можливість визначити чинники, які вказує респондент як такі, що спричинили утрату внутрішньої мотивації

Тест «Емоційний інтелект / тест EQ» (Н. Холл) є стандартизованим з виміру комплексу особистісних властивостей, які пов'язані із здатністю утворювати нові внутрішні мотиви особистісного успіху, що полягають в площині *соціономічних професій*. Тест має 5-ть шкал:

- 1) *шкала емоційної обізнаності* – це усвідомлення внутрішньої мотивації зовнішньої поведінки та діяльності особистості, рефлексії внутрішньої картини емоційних станів та переживань;
- 2) *шкала управління своїми емоціями* як здатності переорієнтації негативної емоції в площину розумності;
- 3) *шкала самомотивування* – це здатність регуляції внутрішнього стану та зміни негативних емоцій до активації внутрішнього мотиву виконувати соціально значущі взяті на себе функції відповідального й якісного виконання;
- 4) *шкала емпатії* як загальнолюдської якості розуміння внутрішнього світу (емоційно-мотиваційного стану) іншої особи за зовнішніми проявами невербальної поведінки та вербального дискурсу й за потребою створеної ситуації, надати підтримку;
- 5) *шкала рефлексії емоційного стану інших* передбачає вміння самоорганізації відповідної поведінки, щоб не накоїти додаткових проблем для свого життя та життя інших людей.

Для респондента виконання тесту є зручним, бо там де він вважає ствердження є ним прийнятим, він позначає знаком «+», де не згоден, то знаком «-». Обрахування здійснюється за кожною шкалою окремо. Парціальне вимірювання рівнів (окремо за кожною шкалою) емоційного інтелекту відповідно до знаку результатів:

- високий рівень 14 балів і більше;
- середній рівень 8-13 балів;
- низький рівень 7 і менше балів.

Інтегративний (сума за всіма шкалами) рівень емоційного інтелекту з урахуванням домінуючого знаку визначається за такими кількісними показниками:

- високий рівень 70 і більше балів;
- середній рівень 40-69 балів;
- низький рівень 39 і менше балів.

Складений діагностичний інструментарій є тим мінімумом за яким є можливість відстежити рівні сформованих чинників відносно показника «стійкість-нестійкість / втрата» внутрішньої мотивації до виконання соціально визначених особою функціональної відповідності, які проявляються у всіх сферах життєдіяльності – від ставлення до власного здоров'я, підвищення загальної соціокультурної компетентності, розуміння ролі сім'ї та своєї функціональної ролі як члена цієї сім'ї, професійній освіті та професійній діяльності в цілому.

2.3. Інтерпретація емпіричного дослідження

Опитувальник внутрішньої мотивації (Intrinsic Motivation Inventory – ІМІ) Р. Раяна (адаптація В.О. Климчука, О.Л. Музики).

За виміром цієї методики визначилась така психологічна реальність (рис. 2.1.)

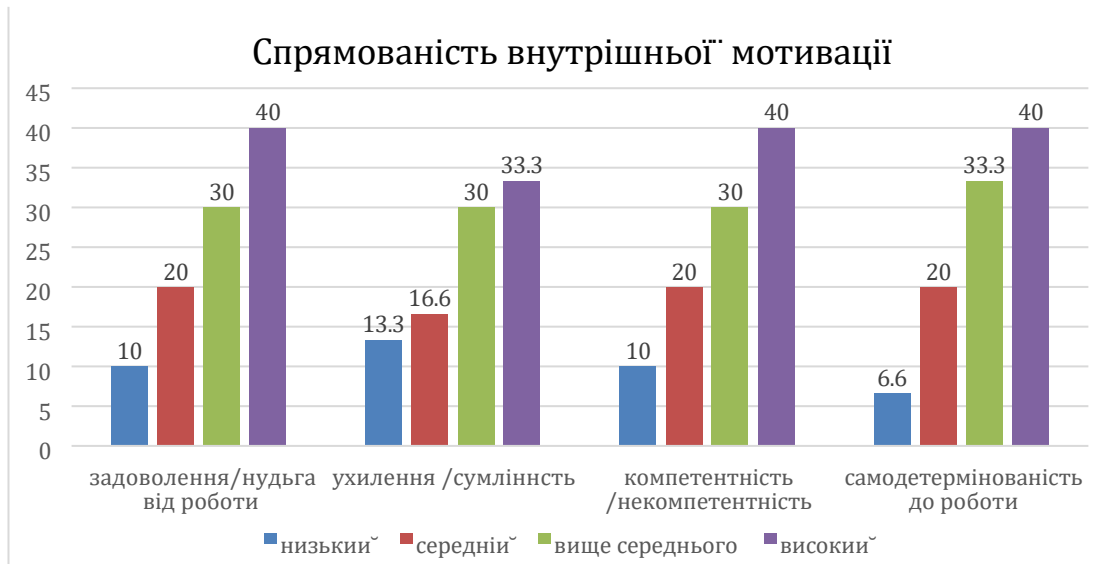


Рис.2.1. Рівні спрямованості внутрішньої мотивації студентів-респондентів

Матеріали, які представлені в діаграмі визначалися за математично-статистичним обрахуванням, яке представлено в таблиці 2.3.

Таблиця 2.3.

Результати за опитувальником внутрішньої мотивації, n =30, %

Рівні вираженості внутрішньої мотивації	Шкали виміру внутрішньої мотивації, n, %							
	Задоволення від діяльності (ЗД), n, %		Докладні зусилля (ДЗ) n, %		Почуття компетентності (ПК) n, %		Почуття самодетермінованості (ПС-Д) n, %	
дуже низький	3	10	4	13,3	6	10,0	2	6,6
нижче середнього	6	20	5	16,6	6	20,0	6	20,0
середній	9	30,0	9	33,3	9	30,0	10	33,3
високий	12	40,0	11	36,6	12	40,0	12	40,0

Визначилось, що за шкалою задоволення від діяльності високий рівень складає 20,0% респондентів, середній 30,0, що в середньому є половина респондентів досягають стійкості внутрішньої мотивації. Вони посилались на ствердження: «Я назвав (-ла) би цю роботу цікавою», «Працюючи, я відчував (-ла) себе достатньо кваліфікованим (-ою)», «Я виконував (-ла) завдання за власним бажанням».

До низького рівня увійшли за шкалою задоволення 23,3%, які посилались на ствердження: «Робота була нудною». За шкалою докладання зусиль низький рівень визначений у 13,3%, що свідчить про не зосередженість, відсутність зацікавленості. Втрата внутрішньої мотивації відстежується за відсутністю відчуття компетентності. Так, визначений низький рівень у 20% та нижче середнього у 30%. Респонденти обирали ствердження «Ніхто не змушував мене виконувати завдання», «Я вважаю, що мав (-ла) вибір – виконувати чи не виконувати завдання». Це дає підставу, що при виборі конкретної діяльності, вони мають внутрішні конфлікти, невпевненості у власному Я, можливо й підвищений емоційний стан тривожності, який негативно впливає на стійкість внутрішньої мотивації.

Наочно результати дослідження внутрішньої мотивації представлені в діаграмі 2.1.

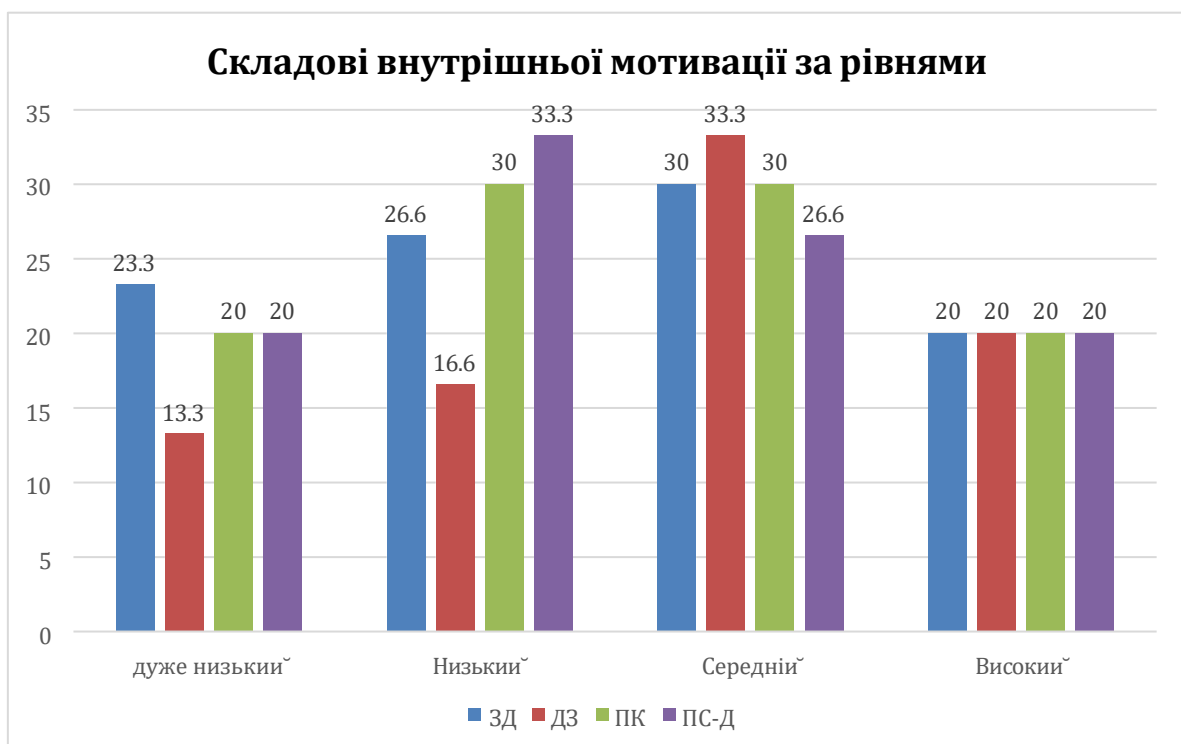


Рис.2.2. Вираженість складових внутрішньої мотивації за рівнями

За субшкалою «докладання зусилля» низький рівень склав 13,3% (4 особи), нижче середнього 16,6% (5 осіб), які вказали, що не затратили багато

енергії при виконання роботи. Цей показник дає підставу засвідчувати як втрату внутрішньої мотивації до певного виду діяльності.

Середній рівень складає 33,33% (9 осіб) і високий рівень 36,6% (11 осіб), що дає підставу інтерпретувати, що вони мають стійку внутрішню мотивацію, що підтверджується субшкалою *«почуття компетентності»*, високий рівень за цією шкалою виявлений у 20,0% (6 осіб) та середній рівень 30% (9 осіб). За субшкалою *«почуття самодетермінованості»* визначені високий рівень внутрішньо сформованих смислових цінностей, які утримують стійкість до виконання певної роботи. Так, високий рівень складає 20% (6 осіб), середній 26,6% (8 осіб), в той час як низький рівень не визначив показники внутрішнього потягу самодетермінації з виконання певної роботи. Так, низький рівень складає 20,0% (6 осіб) та середній 33,33% (10 осіб).

За результатами проведеного аналізу відстежується у респондентів, в яких виявлений низький рівень внутрішньої мотивації – це потяг до гедоністичного тону, в наслідок чого змінюється інтенсивність активності у виконанні роботи та втрата смислової її цінності, нівелювання моральнодуховних цінностей. Втрата внутрішньої мотивації відстежується за умов зовнішнього локусу контролю, відсутності екзистенційних задоволень від виконаної роботи, несформованістю відповідальності, що поширюється на весь життєвий досвід. Очевидним є факт, що на високому рівні за усіма субшкалами залишають респонденти, які демонструють особистісно прийнятими смисловими цінностями із соціально значущим видом виконання певної роботи. Такі особистості демонструють відповідальність як особистісну зрілість. Щодо показника середнього рівня з виміру внутрішньої мотивації, то у них відстежується потреба відчувати свої досягнення у роботі як можливості компенсувати себе в інших нереалізованих видах діяльності, що також дає підставу, що для них зовнішній локус контролю є суттєвим фактором.

Надійність отриманих результатів за показником внутрішньої узгодженості проводилася двома способами: з допомогою додаткових діагностичних методик з виміру потягу до успіху, яке обраховувалось за критерієм Стюдента за допомогою якого був здійснений обрахунок різниці між середніми результатами статистичної значимості. Тому, наступна діагностична методика дозволяла розглянути середні розбіжності чи їх кореляційний зв'язок.

Результати за методикою Т. Елерса «Мотивація досягнення успіху»

З метою вивчення особистісних відмінностей втрати внутрішньої мотивації, ми обрали цю методика як «від протилежного». Співвідношення мотивації до успіху є протилежним до втрати внутрішньої мотивації з причин смислових цінностей, здатності до сумісної взаємодії, ідентичності як зрілої особистості.

Статистично-математичне обрахування балів дозволило здійснити відношення груп за рівнями, виражений у сотих частинах, які представлені в таблиці 2.4.

Таблиця 2.4.

Результати за методикою «Мотивація до успіху» Т. Елерса, n =30, %

Рівні вираженості внутрішньої мотивації на успіх	Показники співвідношення респондентів за балами у відсотковому розрахунку		
	n	%	φ – критерій Фішера
Низька інтенсивність	5	16,6	2,01*
Середня інтенсивність	8	26,6	1,54
Помірно висока інтенсивність	11	36,6	2,88*
Занадто висока інтенсивність	6	20,0	1,48*

Обрана методика з виміру втрати мотивації передбачає виявлення кількості респондентів, які мають високий рівень мотивації до успіху, бо досягнення кінцевого результату відбувається за відчуттями екзистенційності, без яких подолання труднощів не можливо, а у випадках перевищеного

напруження, то буде відбуватися погіршення ментального здоров'я. За умов низької інтенсивності внутрішньої мотивації, респондент не відчував таких переживань як внутрішнє відчуття свободи й безпеки (основа екзистенційного переживання), внаслідок чого втратив не тільки загальний стан власного здоров'я, але й здатність виконувати функціональні соціально прийняті ним обов'язки. *Високий рівень інтенсивності внутрішньої мотивації до успіху.* Обрахування показали вищий рівень внутрішньої мотивації на досягнення до успіху 20,0% (6 осіб), що складає 1/5 групу дослідників. Цей показник можна визначити як такий, що ці респонденти вміють долати такий складності свого життя, відчують потяг й задоволення від докладання зусиль досягнути кінцевий результат, а значить їм знайомо відчуття екзистенційних переживань, які є тільки соціально смисловими.

Помірно висока інтенсивність внутрішньої мотивації до успіху складає 26,6% (8 осіб), швидше за все свідчить про вибіркковість виконання певних завдань, які можуть бути пов'язаний із низьким рівнем групової відповідальності за кінцевий результат сумісної праці, а також низьким рівнем емпатії до учасників сумісної взаємодії. *Середній рівень інтенсивності внутрішньої мотивації до успіху* склав 26,6% (8 осіб). Цей показник дає підставу, що вони виконують свої функціонально соціально значимі обов'язки не системно та мотивовані на зовнішні чинники. *Низький рівень інтенсивності внутрішньої мотивації до успіху* складає 20,0% (6 осіб). Цей показник можна інтерпретувати як такий, що свідчить про складність внутрішнього світу, неупорядкованість власного життя, наявності внутрішніх конфліктів та використання хибних захисних механізмів уникнення, образи. В більшій мірі їх соціальні функції обумовлені зовнішнім контролем так як в їх світогляді несформовані організаторські здібності самомотивування на взяті на себе соціальні функції. Цей рівень можна віднести до показника втрати внутрішньої мотивації, визначення співвідношення між складає 36,6% проти 16,6,0%;

(фемп. = 2,58; $p \leq 0,01$), а між низькою інтенсивністю внутрішньої мотивації як втрати внутрішнього потягу буде між 20,0% проти високої 20,0% (фемп. = 2,89; $p \leq 0,01$). Наочно різниця інтенсивності від низької внутрішньої мотивації як втраченої до високої інтенсивності внутрішньої мотивації представлено в діаграмі 2.2.

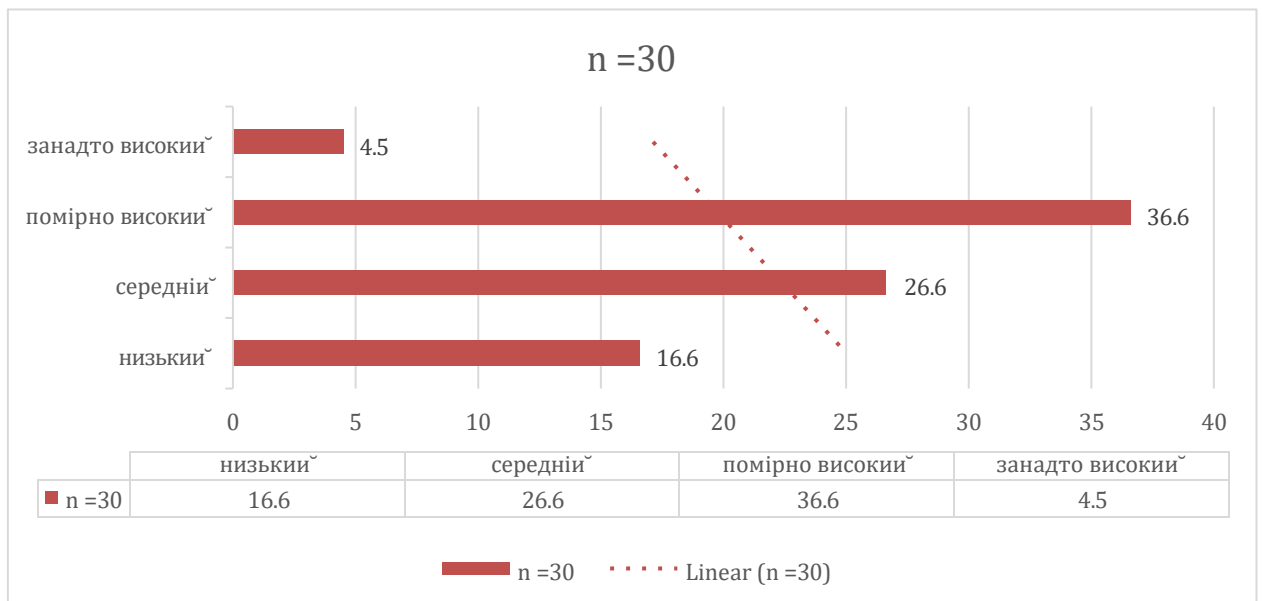


Рис.2.3. Порівняльний аналіз інтенсивності внутрішньої мотивації до успіху

Передбачаючи, що проблемою втрати внутрішньої мотивації соціально значимої й функціонально обраного виду діяльності (професійна робота, виховання дітей, професійна освіта тощо) втрачається за умов несформованого емоційного інтелекту. Тому була проведена діагностична процедура з виміру цього показника.

За тестом «Емоційний інтелект (тест EQ) (Н. Холл)» результати представлені в таблиці 2.5.

Наявність емоційного інтелекту засвідчує суб'єктний показник позитивного ставлення до свого Я, дозволяє інтерпретувати ставлення до себе та до інших як гармонійну ідентичність власного Я, та навпаки, за умов низького рівня є можливість визначити деформовану ідентичність респондента-студента.

За допомогою цієї методики був складений загальний психологічний портрет внутрішньої мотивації, яка обумовлена чинниками, означені Н. Холлом за шкалами, характеристики яких зазначимо нижче.

Таблиця 2.5.

Результати виміру складових чинників EQ за методикою (Н. Холл)

Шкали	Рівень						
	Низький, n / %		Середній, n / %		Високий, n / %		median
Емоційна обізнаність	10	33,33	14	46,66	6	20,0	46,66
Его-контроль	11	36,66	10	33,33	4	13,33	33,33
Рефлексія емоції	14	46,66	12	40,0	5	16,66	40,0
Емпатія	15	50,0	9	30,0	6	20,0	30,0
Розпізнання емоцій	12	40,0	11	36,66	7	23,33	36,66

Наочне сприймання результатів представлено в діаграмі 2.3.

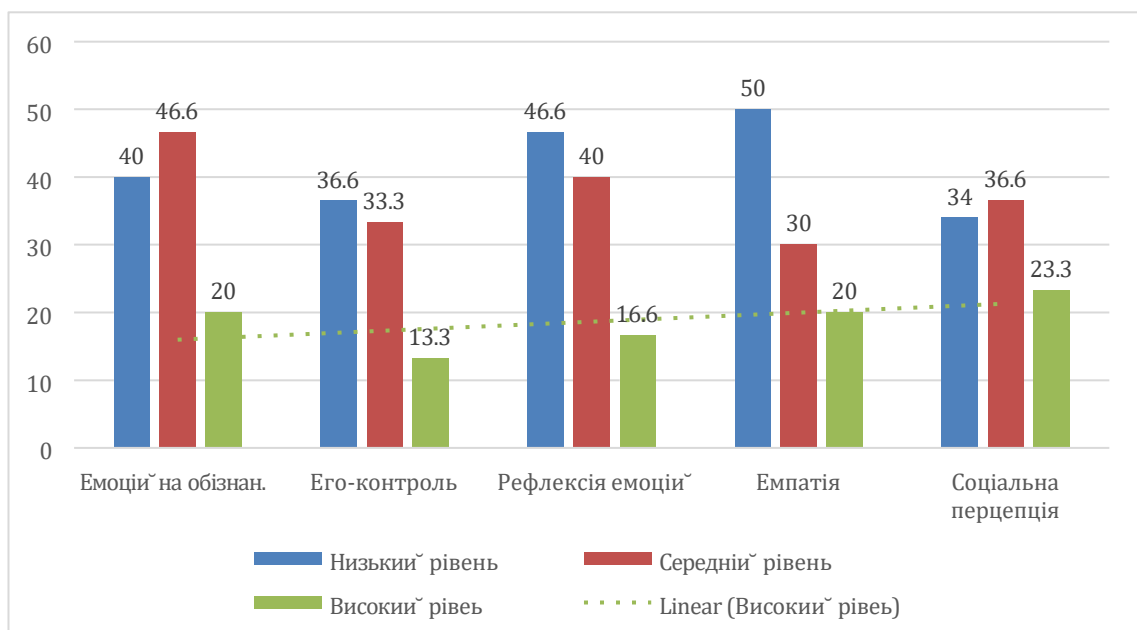


Рис. 2.4. Вимір за тестом EQ (Н. Холл) складових емоційного інтелекту за рівнями

Шкала «емоційна обізнаність». Низький рівень складає 33,33% (10 осіб), що дає можливість передбачати несформованість низки властивостей, які підтверджені за шкалою его-контролю емоційної регуляції та не здатності

до утворення соціально-ціннісної мотивації досягати продуктивні результати власної діяльності за будь-якими функціями.

Шкала *его-контролю* на низькому рівні складає 36,66% (11 осіб). Цей показник ми інтерпретуємо як відсутність стресозахисної, резилієнтної та адаптаційної функції в життєдіяльності особистості. Враховуючи теоретико-методологічне положення, що особистість є інтегрована, то низький рівень не підготовленість респондента до соціономічної професії, буде визначатися в нездатності самореалізації та функціонального виконання психологічної роботи. За високим рівнем навпаки, означені властивості визначають волевим управлінням, здатністю до суб'єктного ставлення до себе та інших.

Рефлексія власних емоцій на низькому рівні складає 46,66% (14 осіб) дає підставу для інтерпретації хибного уявлення власного образу «Я» на відповідність реального сприймання себе, інших та ситуації в динаміці спілкування та взаємодії. За високим рівнем 13,33% (4 особи), навпаки, такі респонденти здатні самоаналізувати внутрішній світ «начебто з боку», долаючи неусвідомлені судження (образа, злість тощо) на усвідомлені судження та стресозахисну адаптацію в різній складності напруженої ситуації.

Шкала «Емпатія» за низьким рівнем визначено 50,0% (15 осіб) та високий рівень складає 20% (6 осіб). Низький рівень емпатії спричиняє деформацію власної ідентичності, втрати екзистенційних почуттів, які є обов'язковими для соціономічної професії якою є психологічна робота. Емпатія є особистісним утворенням і потребує докласти зусилля досягти позитивних результатів у конкретній функціонального обов'язку в психічному відображенні «суб'єктом (емпатуючим) об'єктивної реальності, що опосередкована внутрішнім світом суб'єкта (емпата)» [10, с. 5]. Суть емпатії полягає у визначенні *дихотомії* між категоріями «добра» і «зла» та тільки за відчуттям добра здійснюється емпатійне переживання, що відображенні

суб'єктом емпатії до переживань емпата. *Середній рівень* склав 30,0% (9 осіб) емпатійного прояву, але ця емпатія свідчить про «вибірковість» прояву співчуття, яка в більшій мірі є егоїстична з причин того що не відповідають духовно-моральним цінностям й потребує відповідної корекції. *Високий рівень прояву емпатії* визначений у 6 осіб, що складає 20,0%. Ці дані дозволяють інтерпретувати, що ці респонденти мають загальну компетентність у соціокультурному полі життєдіяльності – це усвідомлюють роль сім'ї та свою функціональну роль в її благополуччі, керуються морально-духовними цінностями в умовах трансформації загального соціокультурного розвитку сучасного суспільства.

Шкала «розпізнання емоцій» також розподілилась за рівнями: *низький рівень* складає 39,0% (13) осіб, який дозволяє інтерпретувати, що респонденти не тільки не мають сформовані вміння соціальної перцепції, але й не корегують власні вербальні й невербальні комунікативні сигнали в обміні інформаціями. Це говорить про егоїстичну спрямованість ставлення до свого Я, до інших та світу в цілому, що є невідповідним до професійної підготовки роботи психолога. *Середній рівень* складає 36,66% (11 осіб), що дає підставу передбачати вибірковість прояву комунікативних умінь, а це значить, що такі компоненти як сформованість стабільних і надійних смислових цінностей за духовно-моральними цінностями несформовані й потребують корекції. *Високий рівень* визначений у 7 осіб, 23,33%, які прагнуть удосконалити власну життєдіяльність раціонально, об'єктивно й з внутрішнім відчуттям соціальної ідентичності.

Що стосується внутрішньої самоорганізованості за показником емоційного інтелекту, то що Его-контроль характеризується **пластичністю** та за критерієм Стюдента визначається незначуща величина зовнішнього контролю, який був би впливовий в самоорганізації студента, який як і звичайний громадянин виконує різноманітні соціальні функції ($r = 0,037$).

Висновки до 2 розділу

На етапі констатувального дослідження був визначений діагностичний інструментарій, визначена база дослідження на психолого-педагогічному факультеті Криворізького державного педагогічного університету, здійснена процедура узгодження із здобувачами щодо участі в діагностуванні та психокорекційній роботі.

До складу діагностичного інструментарію увійшли методики: «Опитувальник внутрішньої мотивації (Intrinsic Motivation Inventory – IMI) Р. Раяна (адаптація В.О. Климчука, О.Л. Музики), за допомогою якого виявляють 4 субшкали: задоволення від діяльності; докладання зусиль до кінцевого результату діяльності; відчуття власної компетентності; почуття самодетермінованості як соціально обумовленої функції та відповідальності за її виконання.

За статистично-математичним обрахуванням встановлено, що за кожною визначеною методикою відстежуються чинники, які негативно впливають на стійкість внутрішньої мотивації. Ці чинники виявлені на рівні емоційних негативних переживань. Так за методикою з виміру «Внутрішня мотивація» Р. Раяна, адаптованої В. Климчук і О. Музикою виявлені негативні переживання за субшкалою «Задоволення від діяльності» дуже низький рівень у 23,3%, що свідчить фактично про трату внутрішньої мотивації та низький 26,6%, який також свідчить про «мережеву» лінію втрати внутрішньої мотивації. На рівні емоційно-когнітивних чинників втрати внутрішньої мотивації за методикою «Мотивація до успіху» Елерса виявлений низький рівень інтенсивності до виконання кінцевого результату продукту діяльності за показником 20% та помірний, середній рівень 16,6%, що свідчить повну та часткову втрату внутрішньої мотивації до виконання своїх функціональних обов'язків. За

методикою «Емоційний інтелект», тест EQ» (Н. Холл) виявлений низький рівень за шкалами «емоційна обізнаність» 33,33%, за шкалою «его-контроль» 36,66%, за «рефлексією емоцій» 46,66%, за шкалою «емпатія» 50,0%, за шкалою «розпізнання емоцій» 39,0%.

За порівнянням середніх значень за критерієм Стюдента визначена незначуща величина зовнішнього контролю, який був би впливовий в самоорганізації студента. Внутрішня мотивація студента як за показником стійкості, так і за показником втрати, є звичайним громадянином, який виконує різноманітні соціальні функції. Тож у групі респондентів з високим та середнім рівнем стійкості внутрішньої мотивації складає $r = 0,037$.

Враховуючи, що ментальне здоров'я визначається зрілістю особистості, яка задовольняє базові потреби за морально-духовними цінностями, сповнена прагненнями до екзистенційних потреб в досягненні психологічного благополуччя, розвиваючи при цьому розвиток емоційного інтелекту. Посилаючись на те, що емоційний інтелект є особистісним утворенням, то завдяки спеціально підібраній програмі з розвитку повернення соціально значущих внутрішніх мотивів, вбачаємо можливим.

Узагальнення отриманих емпіричних матеріалів засвідчує підтвердження гіпотези, а саме, визначені чинники втрати внутрішньої мотивації знижують рівень емоційного інтелекту та потягу до успіху, так як смислові цінності не стають ціннісно-мотиваційними.

РОЗДІЛ 3. ВПРОВАДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ З РОЗВИТКУ СТІЙКОСТІ ВНУТРІШНЬОЇ МОТИВАЦІЇ

3.1. Стратегія структурування психологічної корекції На формувальному етапі емпіричного дослідження був здійснений ретроспективний аналіз з проблематики реверсії внутрішньої мотивації, емоційної стійкості як запоруки гнучкої адаптації, технології та методи з розвитку потенціалів емоційної стійкості як здатності до збереження активності виконувати функціонально взяті на себе обов'язки.

Ефективність психокорекційної програми значною мірою залежить від грамотно підібраних теоретичних положень з резильєнтності як здатності приймати виклики стресових ситуацій, гнучкої адаптації в нових умовах життя, відновлення смислових цінностей за відповідністю особистісного вибору активності за морально-ціннісними орієнтаціями в багатоаспектному просторі постмодерністської епохи та відповідних психокорекційних методик і технологій.

За аналізом технологій, технік та методів психокорекції щодо втраченої соціально значущої для особистості внутрішньої мотивації, нажаль не дістала належного розвитку. В більшій мірі ремісія втраченої мотивації розглядається в клінічній психології та нейропсихології, які пов'язані із психотерапією подолання причин прогресуючої хвороби Альцгеймера, алкоголізму, наркоманії, важких травм в бойових діях (матеріал взятий за дослідженням Walters J.et.al. [62],). Тому завдання з розвитку психокорекційної роботи з особами, які втратили внутрішню мотивацію, є актуальною проблемою.

Сучасні методи психокорекції класифікуються за психологічним впливом на визначені деформовані психічні процеси, стани та властивості, які представлені різноманітними технологіями. Вони реалізуються в індивідуальній та груповій психокорекції

В основу логіки складання психокорекційної програми були визначені негативні чинники (параграф 1.3.), які підлягали психокорекції. Головними психологічними механізмами з розвитку соціальної зрілості як обґрунтованого визначення стійкості функціонально прийнятих соціальних функції були взяті:

- рефлексивно-рольовий аналіз діалогічного спілкування як основи стійкості екзистенційних потреб, рефлексія та її різновиди (конструктивна і деструктивна за ідеями С. Баранова [2], Л. Гапоненко, О. Чаркіна [7], В. Климчук [16], О. Савченко [28]);
- вимірювання параметрів рольового конфлікту та рольова структура особистості як процес ідентифікації свого образу «Я» (П. Горностай [8], З. Мірошник [20; 21]).

У розроблені емпіричної програми з психокорекції були враховані положення, які викладені в Законі про «Психологічну службу в системі освіти України». З практичної точки зору були дотримані вимоги – це підготовленість практичного психолога до здійснення психокорекційної роботи, наслідки якої відстежуються спрямованості формувати «у здобувачів освіти відповідальної та безпечної поведінки в ситуаціях ризику, навичок здорового способу життя, збереження репродуктивного здоров'я, готовності до самореалізації» [10].

Теоретичними положеннями нашої психокорекційної програми були покладені теоретичні положення про стійкість та реверсію внутрішньої мотивації.

М. Аптер (M. Apter) [45] досліджує головну проблему стійкості та траті внутрішньої мотивації, прийшов до висновку що інтенсивність активності виконання практичної реалізації внутрішньої мотивації залежить від стійкості суб'єктивного переживання гедонічного тону, відчуття легкості й екзистенційності [45]. Його теорія реверсивності, на відмінну від попередніх теорій, які посилались на гомеостаз, передбачала внутрішнього відчуття з

полярними переживаннями, тобто амбівалентними, завдяки яким домінуючий потяг забезпечує як стійкість внутрішньої мотивації, так і реверсію, тобто повернення до втраченої внутрішньої мотивації реверсивності передбачає існування двох альтернативних систем, кожна з яких має свою точку оптимуму; таким чином, те, що раніше розглядалося з позиції гомеостазу, ми розглядаємо з позиції амбівалентності [45].

Виходячи з цього положення, в тренінгу передбачалися вправи з визначення альтернативних переваг, які «перемикаються» в точці емоційного фону й сприяють реверсії. Іншими словами, повернення до втраченого мотиву.

Р. Вайт (White R.) [60] визначив стійкість внутрішньої мотивації, якщо є внутрішня потреба *в компетентності*. Він довів, що внутрішня мотивація набуває стійкості за умов відчуття *власного задоволення*, яке подібне біологічним задоволенням, але соціально значущі внутрішні потреби посиляють це відчуття як такі, що завдають реверсію втраченої внутрішньої мотивації (виконувати функцію батьківства, рольові функції члена сім'ї, виконання функціональних обов'язків у навчанні та професійній діяльності тощо) [63].

Тож в психокорекційній програмі були використані міні-лекції, сюжети із кінофільмів, які розширювали компетентність щодо виконання певної роботи. Р. Райн і Е. Десі ([R M Ryan](#), [E L Deci](#)) [61] представили стійкість внутрішньої мотивації, якщо є відповідна соціальна обумовленість необхідності здійснення певної роботи, яка має суттєве значення для певного колу інших людей щодо їх благополуччя й стабільності розвитку. Вони пишуть: стан активності чи пасивності (відчуження) особи «значною мірою залежно від соціальних умов, у яких вони розвиваються та функціонують» [].

За цим теоретичним положенням були обрані такі рольові сюжети для тренінгових занять, які відповідали соціально-контекстуальним інтересам учасників психокорекції.

Пол Л. Хьюїт (Hewitt P.L. et al.) [55] враховувати хибну внутрішню мотивацію пов'язану із перфекціонізмом. Особливість її полягає в перевантаженні внутрішніх ресурсів з причин мотивування на досягнення досконалості, яка по-суті є дезадаптивним чинником гармонізації структур внутрішньої мотивації, бо відбувається виснаження нервової системи, що призводить до втоми, хвороби й втрати мотивації до виконання певної роботи.

З приводу означеного, були підібрані тренінгові вправи з подолання егоїстичної спрямованості та розвитку мотивації до співпраці, встановлення довірливих стосунків у груповій взаємодії, вправи з подолання пасивності завдяки творчості.

Визначення методик й технологій проведення психокорекційної роботи.

В основу методів і технології організації та процесуальності проведення корекційної роботи були використані теоретичні положення про інтегровану єдність психіки особистості (С. Максименко [19], М. Савчин [30]). Для забезпечення ефективності методів і технологій були використані психологічні механізми конструктивної рефлексії та рольового самовизначення власної ідентичності образу «Я» як засобу в подоланні внутрішніх конфліктів, які теж є чинниками втрати внутрішньої мотивації.

У відборі корекційних вправ перевагу надавали тим, які в більшій мірі розвивають екзистенційні переживання, формування емоційного інтелекту як головних складових зрілості особистості (С. Баранова [2], В. Зливков, С.О. Лукомської [12], Е. Носенко [22], Т.С. Яценко [41]). Для досягнення ефективності в цьому аспекті були використані комунікативні, моделюючі, когнітивні та рольові вправи.

Т. Яценко, автор групової психокорекції за методом активного соціально-психологічного навчання, доводить ефективність групової корекції відносно індивідуальної завдяки груповій динаміці [40, с. 30]. В. Зливков і Лукомська визначають групову корекцію ефективною завдяки переживання особистісних

проблем в мініатюрі тренінгових ситуацій та випробовування їх для формування ефективних стратегій внутрішнього мотивування як суб'єкта власної діяльності. Вони зазначають, що є «дві супутні цілі: розвиток активної соціально-психологічної позиції учасника тренінгу, тобто здатності людини виробляти суспільно значущі перетворення в сфері міжособистісних відносин; підвищення психологічної культури як істотного аспекту всебічного розвитку особистості» [41 ,с. 8].

Згідно вище представленого теоретичного матеріалу, наша корекційна робота відбувалась в груповій психокорекції з дотриманням методів і технологій **тренінгу**. Доцільність використання методу корекції засобом тренінгу підтверджений майже одного століття. Перші випробування та ефективні результати тренінгу фіксуються з 30-х років минулого століття.

Науково-дослідний проект тренінгу **«Відновлення втраченої внутрішньої мотивації: соціально значущої для життєдіяльності»** є одним із напрямків тренінгів особистісного зростання, підвищення комунікативної компетентності, формування ефективного лідерства, збагачення особистісного досвіду в подоланні внутрішніх, міжособистісних та міжгрупових конфліктів. Нажаль тематичних тренінгів з реверсії втраченої мотивації нам не вдалося знайти.

Специфіка представленого проекту за методом і формою групової корекції в тренінгу полягає в розвитку емоційного інтелекту, який ґрунтується на конструктивній рефлексії та екзистенційної спрямованості ідентичності Я як стійкого особистісного утворення.

Тренінг: **«Відновлення втраченої внутрішньої мотивації соціально значущої для життєдіяльності»**. *Мета тренінгу* спрямована на зниження рівня складових чинників втрати мотивації та утворення на більш вищому рівні складові – це конструктивна рефлексія та емоційний інтелект як стійких утворень гнучкості рольової ідентичності образу Я.

Згідно означеної мети психокорекційної програми були визначені та реалізовані такі **завдання**:

1. За допомогою конструктивної рефлексії сприяти розвитку вмінь розпізнавати неусвідомлені власні негативні переживання, думки та як наслідок їх реалізації в зовнішніх диспозиціях, що і є одним із чинників втрати внутрішньої мотивації.
2. Сприяти індивідуальному усвідомленню психокорекційних тренінгових вправ для переосмислення домінуючих у особистості мотивів та утворення телічного мотиву (*творчим, цілеспрямованим, рефлексивно усвідомленим*) роботи усвідомити важливість телічного мотиву як гармонізації внутрішнього світу, що проявляється в цілеспрямованості, творчому характері виконання роботи й усвідомленим ставлення до кінцевого результату.
3. За допомогою діалогічного спілкування сприяти розвитку пізнавального інтересу щодо складових успішної життєдіяльності, резилієнтності як основи вольової саморегуляції внутрішньої мотивації соціально значущої.

Тематичний план групової корекції представлений в таблиці (Додаток Б)

Передбачалось, що групова корекція сприятиме усвідомленню деструктивних проявів психіки, серед яких уникнення від виконання певного виду роботи соціально важливої за функціональними обов'язками. Тому в представленому проекті були передбачені інтерактивні вправи для розпізнання втрати внутрішньої мотивації як загострення внутрішнього конфлікту (усвідомленого й неусвідомленого).

За умов сумлінного дотримання визначеної мети корекційної програми та ретельної підготовки до кожного заняття й врахування індивідуальних запитів з проблеми втрати активності у виконанні роботи, були використані уривки із художнього фільму «Перерване життя» (Girl, Interrupted), режисер Джеймс

Менголд (США) <https://surl.lu/ovxvxq> , в якому представлені сюжети переосмислення: «Що таке «ментальне нездоров'я» та «ментальне здоров'я». Фільм має оптимістичну спрямованість й дозволяє глядачам отримати позитивний заряд енергії.

Особливу увагу було надано підготовці ведучого з виконання основних функцій тренінгової групи:

- *на рівні ставлення до учасників* – це підтримка, дружні почуття, доброзичливість, врахування індивідуальних інтересів кожного учасника;
- *на рівні інтерпретації групового процесу* – це володіння соціальною перцепцією для врахування тактовності й етики процесу навчання, пояснення та використання доречних вправ, дискусій;
- *на емоційному рівні власної поведінки* – відкритість, домінування позитивних й оптимістичних думок і установок;
- *на рівні структурування часового режиму* – дотримуватися заздалегідь терміну на виконання тренінгових завдань та вправ, раціонально використовувати власні рольові позиції, використовуючи комбіновані ролі в стилі лідера та в ролі партнера.

Визначення психокорекційних вправ на подолання негативних чинників, що детермінують втрату внутрішньої мотивації:

Тренінгові методи, технології та форми психологічного впливу на реверсію внутрішньої мотивації та розвитку її стійкості .

Міні-лекції (8-10 хвилин): формулювання й осмислення основної тези психологічної інформації.

Презентації (10-15 хвилин): демонстрація епізодів із художніх фільмів, підготовлені цитати, картинки, приказки.

Групова презентація з вирішення тренінгового завдання (8-10 хвилин): група ділиться на підгрупи з 2-3 осіб для прийняття загального

рішення поставленого тренінгового завдання та психологічне обґрунтування «доцільності - не доцільності» в тренінговій групі.

Брейнштурмінг (він же брейнсторм або мозковий штурм) з двома етапами (10-15 хвилин) кожний етап брейнштурмінгу. Так як цей метод передбачає сформувати як можна більшу кількість ідей та залучення учасників до вільного самовираження власної думки, то групу ми ділили на підгрупи, потім учасники по черзі доповідали їх, ведучий записував на електронну дошку. На другому етапі ведучий формулював мету обговорення з визначення таких мотивів: маніпуляційна внутрішня мотивація; незадоволення отриманої нагороди від виконаної роботи; мотивації заздрості; мотивації завищеної або завищеної самооцінки.

Метод групової дискусії ситуації з втрати внутрішньої мотивації (1215 хвилин): ситуації підготовлені ведучим тренінгу, запропоновані учасниками тренінгу, які були використані нами для психологічного обґрунтування внутрішньої мотивації «героїв» ситуації учасників.

Використовувалась таблиця з переліком деструктивної мотивації (Додаток).

Рольові та ділові ігри (від 15-20 хвилин): заздалегідь підготовлений сюжет ситуації, в якій вказані тільки поведінкові характеристики (вербальна, невербальна поведінка, вчинки, якість виконання діяльності) для визначення суб'єктивних переживань, що спонукали до здійснення таких дій, що довели ситуацію до критичної.

Таким чином, запропоновані методи, технології та форми тренінгових вправ сприяли розвитку пізнавальної сфери відносно усвідомлення внутрішньому структуруванню когнітивної схеми, яка зовнішньо проявляється в дії.

3.2. Обґрунтування програми тренінгу з розвитку стійкості внутрішньої мотивації

Програма складається з трьох етапів розвитку групи – початкова стадія, робоча стадія та завершальна стадія, кожна стадія тему як цільову спрямованість в подоланні негативних чинників, що спричиняють втрати соціально важливої для повноцінного функціонування особистості (Додаток).

Впровадження запропонованої програми здійснювалось протягом липнясерпня 2025 на платформу <https://surl.li/wnvxgy>

Початкова стадія розвитку робочої групи. Тема «Інтелектуальний модуль розпізнання власних суб'єктивних переживань як детермінант стійкості або втрати внутрішніх мотивів». Цей етап складався з 3-х занять.

Мета першого заняття спрямована на усвідомлення учасниками складності відстежувати відтінки емоційно-мотиваційної сфери як детермінант втрати або стійкості мотивації.

На першому занятті в груповому обговоренні були одностайно прийняті принципи (правила) роботи в груповій корекції, вимоги у спілкуванні, а також був визначений ритуал зустрічі й завершення тренінгового заняття. Ця робота потребувала особливої уваги як така, без якої в подальшому ефективність розвитку групової динаміки швидше за все була б втрачена.

Для усвідомлення значимості цього види тренінгового навчання були здійсненні: *«Моя схильність вирішувати проблему в групових видах роботи»*. Учасникам пропонують ускладнену для суб'єкта задачу, яку він схильний виконувати сам чи звернутися за консультацією до групи.

Інтерпретація цієї вправи полягає в тому, що суб'єктне вирішення виконувати в групі характеризує відкритість, емпатію, здатність до товариськості з іншими. За умов визначення індивідуального вирішення

проблеми характеризує невпевненість, тривожність, недовіру, конфронтацію, що є чинником дезінтеграції мотиваційної спрямованості та хибної ідентичності – конформіста. За методом *«міні-лекція: Інтелектуальний*

модуль розпізнання емоцій». В основу була покладена наукова робота

Björn W. Schuller <https://dl.acm.org/doi/10.1145/3129340> в якій автор доводить багатовимірний вимір різних моделей емоції у невербальній поведінці за голосам: привабливість, роздратування, збудження, контроль, неповагу, директивність. Сила емоцій залежить від сенситивності, які призводять або до захопленості екзистенційним почуттям творчості й активної суб'єктної самовираженості або, навпаки, до нудьги, байдужості та нівелювання. Саме ці останні емоційні переживання є чинниками втрати внутрішньої мотивації. На завершенні першого заняття була виконана вправа: *«Мої очікування»*. За бажанням учасники висловлювати свої думки відносно того, чому б хотіли навчитися та що очікують по завершенню всіх занять. Відзначимо, що більша половина учасників проявила таку активність з метою глибше пізнати психіку особистості, закономірності її розвитку.

На другому тренінговому занятті була продовжена робота з послаблення внутрішнього напруження, активізації уваги учасників на складність розпізнати свої емоції в динаміці їх розвитку від незадоволення до втрати внутрішньої мотивації. Ведучий представив на електронній дошці завдання (табл.3.).

Розвиток інтелектуального модулю емоцій з визначення особливостей деструктивної внутрішньої мотивації

Вправи з подолання деструктивної ідентичності	Інтелектуальні модулі емоцій в мовленнєвому дискурсі
<i>«Чим далі від реальності наша картина світу, тим більше спотворюється сприйняття фактичної події».</i> <i>«Чим частіше приймаємо неправильні рішення, тим більше здійснюємо неефективні й нерозумні дії».</i> <i>«Картина світу – не реальність, а наше її інтерпретування».</i> <i>«У кожної є свої спотворення в деструктивній мотивації, які долаються соціально значущими цінностями».</i>	???

Використовуючи метод мозкового штурму були визначні ті ідеї, які відтворюють сутність екзистенційних потреб, відповідності емоційного інтелекту та розвитку зрілої особистості.

Другий, основний етап тренінгової роботи відбувався за декілька цільовими темами.

4-5 тренінгове заняття. Тема *«Суб'єктивні переживання рольової ідентичності»*. Теоретичною основою цього заняття були покладені ідеї про ідентичність за рольовими пози <http://gorn.kiev.ua/publ03.htm> ; 3. Мірошник http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu_psykhol_2016_52_12 ; Л.

Гапоненко [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-11\(39\)-1704-1715](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-11(39)-1704-1715) ; Л.

Гапоненко, О. Чаркіна <https://surl.li/zttied> .

За вказаними джерелами була складена міні-лекція «Механізми ідентичності та їх рефлексивне розпізнання». Ведучий пояснив смислову цінність розпізнання причин здібностей розпізнання суб'єктних переживань та їх контролювання, бо вони свідчать не стільки про психічну картину емоційних

переживань, скільки про здатність управляти ними. За будь-яких умов відкритість й доброзичливість є залогом психічного й фізичного здоров'я, переходу від ідентичності як «некомпетентний», який утворюється на емоціях страху й тривожності, до рівня «компетентний» як ознак зняття внутрішнього напруження.

Обговорення таких питань: «Якими думками хотіли б поділитися?»; «Чи може відбуватися корекційний вплив на оздоровлення загального рівня ментального здоров'я, якщо ви відчуєте, що в тренінговій групі є люди, які проявляють супротив, але про це не говорять?». Які властивості особистості Ви обираєте?».

6-7 тренінгове заняття. Тема «*Суб'єктні переживання конструктивної та деструктивної рефлексії*». Мета цих занять полягала в розширенні теоретичних положень та практичної значимості розуміння думок, суджень, переконань особистості за двома видами рефлексії на прикладі фільму "Перерване життя" (Girl, Interrupted), режисер Джеймс Менголд (США) <https://surl.lu/ovxvxq>

Був використаний метод «міні-лекція» «Розпізнання внутрішніх диспозицій за спрямованістю конструктивної та деструктивної рефлексії». В основу матеріалу цієї лекції були покладені ідеї Л.Гапоненко, О. Чаркіна <https://surl.li/kiayap> , О. Савченко http://nbuv.gov.ua/UJRN/LiSp_2017_7_48

Закріплення теоретичного матеріалу відбувалось завдяки використанню наративів за ідеями Л.Гапоненко <https://surl.li/znukab> . Учасникам запропонували визначити інтелектуальні модулі розпізнання емоційномотиваційної спрямованості тих дискурсів, які представлені в таблиці 3.2.

Таблиця 3.2.

Упередження деструктивних мотивацій

Вправи на розвиток емоційного інтелекту та особистісної зрілості	Інтелектуальні модулі емоцій в мовленнєвому дискурсі
«Деструктивна мотивація утворюється на негативних емоціях у незрілої особистості, коли будь-які труднощі спонукають особу до деструктивних дій» «Негативні асоціації викривляють реальність світу, призводять до втрати життєстійкості». «Деструктивна мотивація спричиняє емоційне вигорання, занижену або завищену самооцінку, заздрість, невдоволення, які сприяють втраті соціально важливої внутрішньої мотивації»	Обговорення (? ? ?)

Метод групової дискусії. *«Хто досягає успіхів, незважаючи на кризові ситуації?», «Чому важко розпізнавати деструктивні мотиви?» «Як би ви пояснили іншій людині, чому втрачається внутрішня мотивація?».*

Обговорення в групі відповідей та визначення їх рівня психологічної компетентності щодо цілісності особистості та того, якщо зневага є до іншого, вона є й для самої людини, яку він розпізнати не може (пояснення психологічного механізму проекції).

8-9 тренінгове заняття. *Тема: «Суб'єктне переживання емоційного інтелекту за рефлексивно-рольовим виміром».* Мета розвинути практичні вміння розпізнавати в семантичному просторі мовленнєвого й поведінкового дискурсу рольових позицій за спрямованістю рефлексії. Ведучий підготував «міні-лекцію» «Як розпізнати семантичний простір рольової позиції особистості», теоретичними положеннями були покладені ідеї: Е. Фромма «Серце людини: його геній добра чи зла?» <https://philpapers.org/rec/FROTHO> 3.

Мірошник <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2013-21.%p> на прикладі семантичного простору рольових позицій учителя; Л. Онуфрієнко щодо психологічних особливостей соціалізації особистості за її мотивами http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl_2015_27_31

Для закріплення теоретичного матеріалу був використаний метод **рольової гри** «Зрілість особистості в мудрості відкритого серця». Завдання: програтися ситуація, коли людина потрапила в кризу й не бачить виходу із ситуації, вона почала запізнюватися на роботу, перестала слідкувати за своєю зовнішністю. Цю ситуацію повинен розіграти один учасник в семантичному полі «Мудрий філософ» та інший, який звертається за порадою до нього «Відчуття невдачі». Технології були використані за роботою О. Чаркіної, Л. Гапоненко <https://surli.cc/prwcde>

Метод наративного тренінгу передбачає використання «опорних» смислових цінностей, які даються на електронній дошці (таблиця 3.3.)

Таблиця 3.3.

Розвиток екзистенційних смислових цінностей

Смислові цінності в розвитку особистісної зрілості, мотивації за Конфуцієм	Інтелектуальні модулі смислових цінностей в дискурсі
«Найбільша слава не в тому, щоб ніколи не помилятися, а в тому, щоб вміти піднятися щоразу, коли падаєш».	Обговорення (? ? ?)
«Справжнім випробуванням є не самі негаразди, а те, як ми реагуємо на них».	Обговорення ?, ?. ?)
При вигляді гідної людини думай про те, щоб зрівнятися з нею, а при вигляді недостойної —	Обговорення (?.?.?)
досліджуй самого себе (бійся, як би в тебе не було таких же недоліків).	

Групове обговорення програних учасниками двох ролей в семантичному рольових позицій за голосам, інтонацією, ритмом динаміки, які програвали

одну й ту ж роль декілька пар: рольова позиція *«Мудрий філософ»* і *«Відчуття невдачі»*. Визначалися показники єдності деструктивної рефлексії з деструктивною ідентичністю та як наслідок зневіри у власні потенціали, які свідчать про втрату внутрішньої мотивації. В обговоренні відстежувались переконання щодо психологічної гігієни людини відстежувати внутрішні переживання та їх вплив на загальний фон життєстійкості й життєвого задоволення життя від самого процесу виконання соціально значущої роботи.

З метою подолання внутрішньої напруженості були проведені дихальні вправи з поясненням терміну вдиху та видиху, які активізують парасимпатичну нервову систему.

Головною ціллю цих вправ були спрямовані на внутрішнє відчуття рефлексивно-рольової позиції, які відповідають збалансованості інтенсивності емоційного стану, самоаналізі їх стабільності та адекватності ситуації за тематикою тренінгу; конструктивної рефлексії адекватного аналізу та контроль астенічних емоційних змін.

Після цих вправ був здійснений самоаналіз прогнозування мотиваційної спрямованості та вибір поведінкових проявів цієї спрямованості, рефлексивний аналіз емпатії.

10 тренінгове заняття – завершальна стадія психокорекційної роботи в тренінгу. Тема: *«Суб'єктні переживання реверсивності переходу від втраченого мотиву до його відновлення»*. Мета: закріплення засвоєних знань та їх практичного використання, узагальнення смислових цінностей, які є орієнтирами виходу із кризових ситуацій.

Для нас було важливо відстежити наявність прогресивних змін щодо загальної компетентності розвитку стійкості внутрішніх мотивації (соціально значимих для функціонування людини) та розуміння причино-наслідкових зв'язків втрати таких мотивацій.

Була використана **ділова гра** «Співбесіда з роботодавцем». Учасникам запропонували поділитися на пари й програти ситуацію в семантичному полі рольових позицій «Роботодавець» і «Претендент на посаду». За обговоренням були визначені такі складові успішної, стійкої внутрішньої мотивації, яка в ситуації кризи керується такими цінностями:

- *морально-духовні цінності*, які характеризуються особистістю відповідальною, оптимістичною, емпатійною, відкритою;
- *практично-діяльнісні цінності* за ознаками тактичними, емоційноінтелектуальними, мудрими, діловитими, працездатними, життєстійкими;
- *самодетермінантними цінностями* за ознаками самостійності, автономності, екзистенційної ідентичності, емоційного інтелекту.

По завершенню був здійснений аналіз участі в тренінгу, що вдалось, а що не вдалось, чому навчились та що розвинули відносно оновлення втраченої мотивації. У своїй більшості учасники фіксували, що змінили кут ставлення до себе та інших, що сприяє внутрішній впевненості й дотримання доброзичливих стосунків. За результатом формувального етапу емпіричного дослідження був здійснений повторне діагностування, завдання якого визначити ефективність психокорекційної роботи.

3.3. Результати ефективності психологічного тренінгу в розвитку стійкості внутрішньої мотивації

За методикою «*Опитувальник внутрішньої мотивації Р. Раяна (адаптація В.О. Климчука, О.Л. Музики)*» представлені в таблиці 3.4.

Таблиця 3.4.

Завершальний результат виміру внутрішньої мотивації, n =30, %

Рівні	Шкали виміру внутрішньої мотивації, n, %							
	Задоволення від діяльності (ЗД), n, %		Докладні зусилля (ДЗ) n, %		Почуття компетентності (ПК) n, %		Почуття само детермінованості (ПС-Д) n, %	
	до	після	до	після	до	після	до	після
дуже низький	7; 23,3	3; 9,37	4; 13,3	3; 9,3	6; 20,0	2; 6,6	6; 20,0	3; 10
нижче середн.	8; 26,6	6; 20,0	5; 16,6	4; 13,3	9; 30,0	4; 13,3	10; 33,3	5; 16,6
середній	9; 30,0	13; 43,3	9; 33,3	8; 26,6	9; 30,0	10; 33,3	8; 26,6	10; 33,3
високий	6; 20,0	8; 26,6	11; 36,6	15; 50	6; 20,0	14; 46,6	6; 20,0	12; 40

Результати за опитувальником внутрішньої мотивації, n =30, %

Як видно з таблиці, відбулися прогресивні зміни в більшості учасників тренінгу, що свідчить про ефективність розробленої програми, з одного боку, з іншого, можна пояснити високий рівень вмотивованості Наочність позитивних змін представлена в діаграмі 3.1.

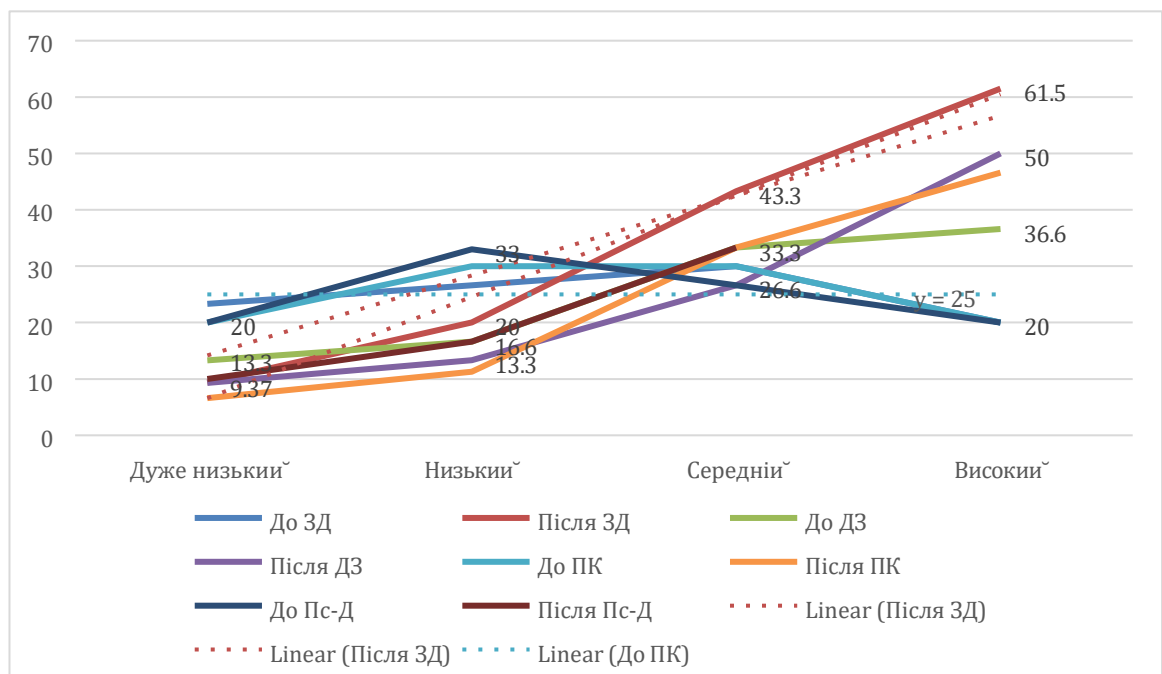


Рис.3.1. Порівняльний аналіз результатів виміру внутрішньої мотивації до і після групової корекційної роботи

Діагностичний вимір за методикою «**Мотивація до успіху**» Т. Елерса також показав позитивні зрушення щодо усвідомлення негативних наслідків деформованої ідентичності, що призводить до втрати внутрішньої мотивації.

Таблиця 3.5.

<i>Рівні вираженості внутрішньої мотивації на успіх</i>	<i>Результати виміру інтенсивності мотивації до успіху до і після тренінгу</i>		<i>Кількісна/якісна зміни після тренінгу</i>
	До	Після	
Низька інтенсивність	5; 16,6	3 10,0	➤ -2; 6,6
Середня інтенсивність	8; 26,6	4 13,33	➤ - 13,27
Помірно висока інтенсивність	11; 36,6	12 40,0	< +3,4
Занадто висока інтенсивність	6; 20	11 36,6	< +16,6

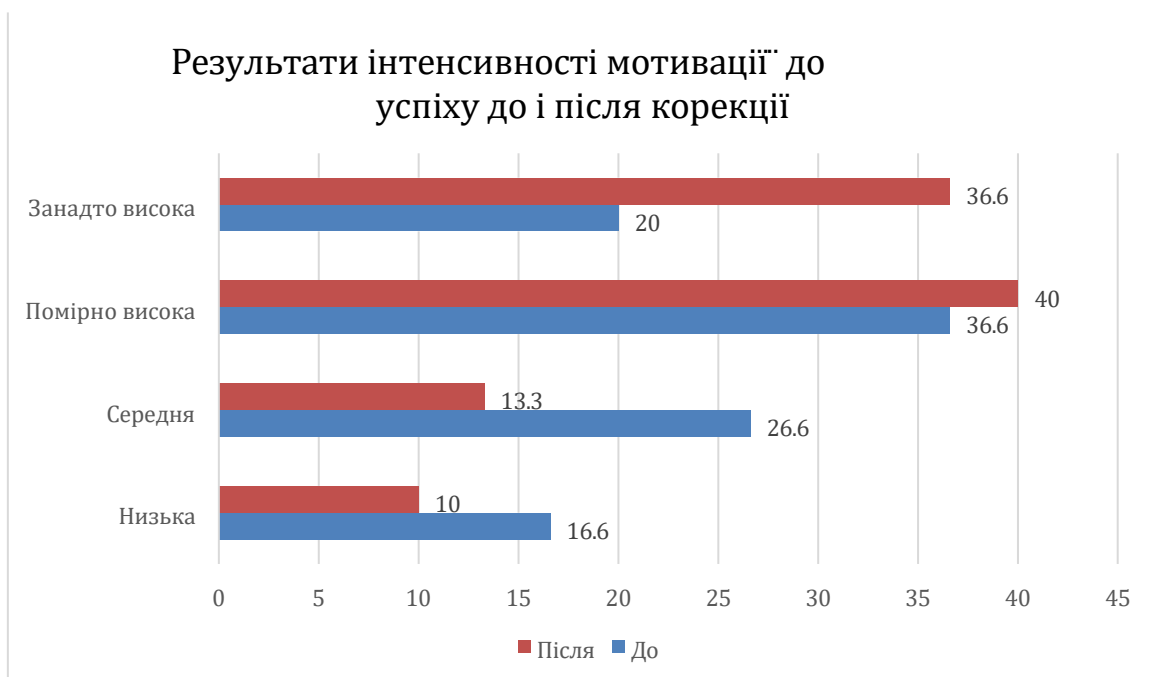


Рис.3.2. Порівняльний аналіз інтенсивності мотивації

За показником **низького рівня** інтенсивності мотивації до успіху показник позитивного зростання визначився у зменшенні на 2 особи, що складає різницю 6,6 %. Ці статистичні дані дозволяють інтерпретувати факт, що зменшення кількості учасників емпіричного дослідження за низьким

рівнем відбулося завдяки зростанню компетентності відновна чинників втрати внутрішньої мотивації, але ще на рівні внутрішніх диспозицій це досить малий час для переосмислення. Він, за визначенням В. Климчука, триває від 4-х до 6 місяців.

На **середньому рівні** також відбулися позитивні зрушення, кількість респондентів за цим рівнем зменшилась -17,27%. Можемо інтерпретувати цей показник як такий, що відбулися усвідомлення ролі особистісного ставлення до власного життя.

За результатами **помірно високого рівня** відбулося зростання на 3,4%, а за показником **високого рівня інтенсивності мотивації** прогресивні зміни складають < +16,6%. В більшій мірі такі позитивні зрушення пояснюються професійною практикою щодо тренінгових занять з розвитку соціально зрілої особистості із стійкою внутрішньою мотивацією.

Таблиця 3.6.

Результати виміру складових чинників EQ за методикою (Н. Холл) на констатувальному та формуальному етапі дослідження, %

Шкали	Рівні сформованості складових чинників EQ						Me	
	Низький, п /%		Середній, п/%		Високий, п/%			
	до	після	до	після	до	після	до	після
Емоційна обізнаність	10; 33,33	6; 20,0	14; 46,66	9; 30,0	6; 20,0	15; 50,0	46,6	30,0
Его-контроль	11; 36,66	8; 26,66	10; 36,66	9; 30,0	4; 13,33	23; 76,66	36,6	30,0
Рефлексія емоції	14 46,66	7; 23,33	12; 40,0	10; 33,33	5 16,66	13; 43,33	40,0	43,3
Емпатія	15 50	9; 30,0	9; 30,0	10; 33,33	6; 20,0	13; 43,33	30,0	36,6
Розпізнання емоцій	12; 40	5; 16,66	11; 36,66	11; 36,66	7 23,33	11; 46,66	36,6	46,6

Встановлені позитивні зрушення за всіма показниками, кількість респондентів, які опинилися на більш вищому рівні довели динаміку зміщення їх із більш низького рівня до більш вищого та високого. Високий бал емоційної обізнаності (50,0%), свідчить про помірну схильність контролювати внутрішні емоції, здатність проявляти доброзичливість та оптимізм, стримувати імпульсивні емоції. Респонденти продемонстрували вміння Его-контролю (76,66%), усвідомлювати себе із зовнішньої позиції, що підтверджується показником «Рефлексії емоції» (43,33%) контролювати проявляти. Виявлена прогресивна зміна за показником «Емпатія» (43,33%). Показник розвитку розпізнавання емоцій зріс до 46,66%. Порівняльний аналіз в табл.3.7.

Таблиця 3.7.

Динаміка зміни загальної кількості характеристик рефлексії до і після корекційної роботи (за t-критерієм Стьюдента)

Ознак рефлексивності				
	На констатувальному етапі	t _{емп}	На завершальному етапі	t _{емп}
загальна кількість	14,6*	2.1	18,4*	2.5

Визначені позитивний прогрес з розвитку усвідомленої рефлексії за показниками підвищення рівнів емпатійного ставлення до себе та до інших.

Для встановлення зв'язків між емоційним інтелектом та стійкості внутрішньою мотивацією проведено кореляційний аналіз за коефіцієнтом Пірсона. Інструменти вимірювання: Опитувальник внутрішньої мотивації Р. Раяна (адаптація В.О. Климчука, О.Л. Музики) та тестом «Емоційний інтелект (тест EQ) (Н. Холл) за допомогою EL таблиці. За підрахунком кореляційний коефіцієнт високого рівня емоційної обізнаності та мотиваційної інтенсивності складає $r = 0,536$ ($p < 0,01$); за показником его-контролю з високим рівнем внутрішньої мотивації визначено $r = 0,636$ ($p < 0,01$); за показником емпатії та

інтенсивності внутрішньої мотивації $r = 0,574$ ($p < 0,01$); За показником рефлексії емоцій $r = 0,572$ ($p < 0,01$).

Таким чином, гіпотеза нашого дослідження підтверджена для осіб у яких виявлені позитивний прогрес з розвитку емоційного інтелекту з великим розміром ефекту $r = 0,54$ ($p < 0,01$). Водночас, аналіз низького рівня за показником тесту EQ (тест Н. Холл) показав, що не відбулися зміни $H_0 = 7$ (23,3%), що свідчить про нульову гіпотезу. Тобто, визначена послідовність психологічного впливу корекційної роботи за тренінгом потребують дещо інших психологічних методів і технологій, які потребують додаткового дослідження. Визначені основні детермінанти внутрішньої мотивації студентів, які ґрунтуються на задоволенні базових потреб у самодетермінації, які пов'язані компетентністю емоційної саморегуляції, причино-наслідкових зв'язків внутрішніх конфліктів, здатністю встановлювати міжособистісні стосунки, дотримуючись психологічного самоаналізу рефлексивно-рольової поведінки в динаміці групової взаємодії. Встановлено, відбувся процес інтеріоризації загально-людських, екзистенційно-духовних цінностей як внутрішню ціннісно-смыслову орієнтацію, що підтверджує порівняльний аналіз діагностичного виміру. Респонденти відмічали набуте відчуття автентичності, тобто, виконується заради самого себе. Гіпотеза підтверджена.

Висновки до 3 розділу

У третьому розділі представлена теоретична основа розробки емпіричної програми з подолання негативних складових чинників втрати соціально важливої для повноцінного соціальної адаптації та функціонування особистості, яка узагальнено представлена в груповій корекції за методом тренінг. Навчально-орієнтована програма «Відновлення втраченої внутрішньої мотивації соціально значущої для життєдіяльності», яка розрахована 12,5

годин. Вона складається із трьох етапів розвитку групи, кожна з яких є тематичною. Основна стадія розвитку тренінгової групи структурована за 3-ма тематичними модулями, які логічно пов'язані між собою з переосмисленням таких складових емоційного інтелекту як сумлінність, відповідальність, доброзичливість, відкритість, емоційна стійкість та здатністю до соціальної перцепції з метою ефективної самореалізації в семантичному полі рефлексивно-рольових позицій.

За результатами повторного діагностування встановлений прогресивний показник в 23 осіб (76,6%), водночас 7 осіб за виміром критерія Т-Вілкоксона показали нульову гіпотезу $H_0 = 7$ (23,3%). Цей показник засвідчує, що запропонована програма не була сприйнята саме цієї групи учасників тренінгу. Цей факт дає підставу додаткового дослідження й визначення причинно-наслідкових зв'язків.

Проведене теоретико-емпіричне дослідження підтверджує, що означена тематика є мало розробленою в науковій психології, що підтверджує актуальність обраної теми з вивчення психологічних чинників втрати внутрішньої мотивації, яка для особи є соціально важливою й функціонально необхідною в повноцінній життєдіяльності студента.

Кваліфікаційна робота складається з трьох розділів, кожен з яких має три параграфи. У першому розділі представлений аналіз теоретичні положення про потреби, мотиви та мотивацію (внутрішня і зовнішня), визначені психологічні чинники як внутрішні диспозиції, деформація яких призводить до втрати внутрішньої мотивації в студентській молоді.

Визначені три психологічні чинники втрати внутрішньої мотивації: деформація ідентичності в прояві пасивного ставлення до свого життя, відчуттям невпевненості та відсутністю соціального колу для обміну інформаціями; низький рівень емоційного інтелекту, який свідчить про несформовані фундаментальні властивості як невідповідальність, закритість, імпульсивна поведінка, закритість; не сформовані складові особистісна зрілість яка втратила відчуття екзистенційної спрямованості, потягу до інших, до спільноти одногрупників студентів.

За визначеними чинниками був обраний діагностичний інструментарій, який складався із 3-х тестових методик: Опитувальник внутрішньої мотивації Р. Раяна (адаптація В.О. Климчука, О.Л. Музики); «Мотивація до успіху» Т. Елерса; тест «Емоційний інтелект (тест EQ) (Н. Холл).

Емпіричне дослідження проводилось на базі психолого-педагогічного факультету КДПУ. У дослідженні прийняли участь 30 осіб.

Визначені рівні сформованості за кожною методикою підтвердили робочу гіпотезу й були враховані в розробку наукового проекту емпіричної програми психологічного тренінгу з відновлення втраченої внутрішньої мотивації соціально значущої для життєдіяльності студента. Вона складалась із трьох

етапів розвитку групи, кожний етап мав тематичну назву й відповідні підібрані психокорекційні вправи.

За результатом повторного діагностування виявлена позитивна тенденція по зменшенню кількості учасників емпіричного дослідження в таких показниках як смислові цінності, які пройшли етап від ціннісно-смислового розуміння студентом до ціннісно-мотиваційного як самодеретмінанти до позиції суб'єкта. Порівняльний аналіз діагностування довів ефективність позитивної дезінтеграції негативних властивостей та утворення на новому рівні інтеріоризованих смислових цінностей в *ціннісно-мотиваційну спрямованість*. Гіпотеза емпіричного дослідження підтверджена.

Список використаної літератури

1. Амплєєва О. Теоретична модель емоційного інтелекту як важливого компоненту професійної діяльності психолога. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2018. Випуск 3. С. 3–9
2. Баранова С. В. Особистісна зрілість та відповідальність: соціальнопсихологічний аспект: монографія. Київ: Інтерконтиненталь-Україна, 2020. 364 с.
3. Боковець О.І. Емоційний інтелект як ресурс психологічного здоров'я. *Габітус*, Випуск 37. 2022. С. 68-75. DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2022.37.12>
4. Валентність емоцій. LibreText. 2025. URL: <https://surl.li/njcxfh> (дата звернення 25.08.2025).
5. Гапоненко Л.О. Наративи у рефлексивно-рольових тренінгах для студентівпсихологів з підготовки до саморегуляції. *Наративна психологія: теорія, емпірика, практика*. 2019. С. 17-25. URL: <https://surl.li/znukab> (дата звернення 10.09.2025).
6. Гапоненко Л.О. Рефлексія ідентичності як фундаментальні механізми розвитку діалогічного спілкування. *Наукові інновації та передові технології*. № 11 (39) 2024. С. 1704-1715. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-11\(39\)-1704-1715](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-11(39)-1704-1715)
7. Гапоненко Л.О., Чаркіна О.В. Конструктивна та деструктивна рефлексія: їх вплив на пізнавальну активність суб'єкта навчання. Збірник матеріалів наукових доповідей (м. Київ, 23 квітня 2025 року). Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2025. С. 468-474. URL : <https://surl.li/kiayap> (дата звернення 12.06.2025).

8. Горностай П.П. Вимірювання параметрів рольового конфлікту: зарубіжний досвід. *Конфліктологічна експертиза: теорія та методика*. - Вип. 1. Київ, 1997.-С. 116-125.
9. Діагностика емоційного інтелекту Н. Холла: URL: <https://surl.li/fpevhm> (дата звернення 12.05.2025).
10. Журавльова Л.П. Психологія емпатії: Монографія. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2007. 328 с
11. Захарко О. Внутрішня мотивація як психологічний феномен. [Соціогуманітарні проблеми людини](#). 2008. № 3. - С. 143-150. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/spl_2008_3_19 (дата звернення 25.07.2025)
12. Зливков В.Л., Лукомська С.О. Теорія та практика психологічних тренінгів. Київ - Ніжин: Видавець ПП Лисенко М.М., 2019. 209 с. URL. : <https://surl.li/zijlgm> (дата звернення 16.09.2025).
13. Климчук В.О. Мотиваційний дискурс особистості: монографія. Житомир. Видавництво ЖДУ ім. І. Франка. 2015. 290 с.
14. Климчук В.О. Опитувальник внутрішньої мотивації/ Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія №12. Психологічні науки: Зб. наукових праць. Київ.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2006. №12 (37). С. 71-76.
15. Климчук В.О. Психологічні детермінанти розвитку внутрішньої мотивації студентів у навчальній діяльності. Дисерт на здобуття канд. психол. Наук. Житомир. 2004. 303 с.
16. Климчук В.О. Тренінг внутрішньої мотивації. 2025. URL: <https://surl.li/klbvrf> (дата звернення 16.09.2025).
17. Копець Л. Психологія особистості: Навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Київ: Вид. дім «Києво-Могилянська академія, 2008. 449 с.

18. Максименко С.Д. Генеза здійснення особистості. Київ. : Видавництво ТОВ «КММ», 2006. 240 с.
19. Малхазов О. Р. Розвиток емоційної стійкості осіб, що переживають наслідки травматичних подій : монографія. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2022. 215 с.
20. Мірошник, З. Вивчення семантичного простору рольових позицій учителя початкових класів. *Збірник наукових праць Проблеми сучасної психології*, (21). 2019. URL : <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2013-21.%p> (дата звернення 12.08.2025).
21. Мірошник З.М. Рольова структура особистості – складова компетентності майбутнього психолога. 2016. [file:///C:/Users/E558/Downloads/25._...%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/E558/Downloads/25._...%20(1).pdf) (дата звернення 23.12.2024)
22. Носенко Е. Л. Емоційний інтелект як соціально значуща інтегральна властивість. *Психологія і суспільство*. 2004. № 4. С. 95–109.
23. Онуфрієва Л.А. Теоретико-методологічний аналіз мотиваційної сфери особистості майбутніх фахівців соціономічних професій. *Проблеми сучасної психології*. 2015. Випуск 27. С. 337-348.
24. Піраміда А. Маслоу. Вільна енциклопедія. 2024. URL: <https://surli.cc/imzhnj> (дата звернення 18.08.2025).
25. Проблема періодизації психічного розвитку дорослої людини. Дж. Біррен. URL: <https://surli.cc/nlcmrw> (дата звернення 10.08.2025).
26. Ременюк, Я. Основні напрямки дослідження мотивації у психології: зарубіжний дискурс. *Вісник Національного університету оборони України*, 79(3), 2024. С.115–120. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-202479-3-115-120>
27. Роттер Дж. Теорія соціального наочіння. 2022. URL: <https://surl.li/tihogn> (дата звернення 18.08.2025).

28. Савченко О.В. Конструктивна і деструктивна рефлексія. [Врачебное дело](#). 2017. № 7. С. 238-244. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/LiSp_2017_7_48
29. Савчин М.В. Методологічні орієнтації у дослідженні проблем особистості. *Психологія особистості*. 2019. №1(10). С. 38-45.
30. Савчин М.В., Федорчук В.М., Гапоненко Л.О. Резильєнтність як потенціал відновлення особистості у складних життєвих ситуаціях. *Moderní aspekty vědy: XXXI. Díl mezinárodní kolektivní monografie / Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o. Česká republika: Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o.*, 2023. С.304-315. <https://surl.li/lrjbby> (дата звернення 18.08.2025).
31. Стельмах І.І. Опанування самотності в умовах війни: ідентичнісні наративи ВПО (якісний аналіз кризових, ресурсних та емоційно забарвлених ідентичностей за методикою TST) *Проблеми політичної психології. Збірник наукових праць*. Випуск 17 (31) 2025. С. 138-151.
32. Тест «Досягнення успіху» Т. Елерса (Т. Ehlers). URL: <https://surl.li/jxyzui> (дата звернення 17.07.2025).
33. Тест «Емоційний інтелект (тест EQ) (Н. Холл). URL: https://www.eztests.xyz/tests/personality_eq/ (дата звернення 20.07.2025).
34. Тохтамиш О. М. Психологічний механізм регресії та його зв'язок з самосприйняття особистості. 2024. URL: <https://surl.li/mptzon> (дата звернення 18.08.2025).
35. Фоменко К.І. Губристична мотивація: феноменологія, структура, детермінація. Харків.: Діса-плюс, 2018. 484 с.
36. Фройд З. Про нарцисизм. 1914. URL: <https://freudproject.ru/?p=577>
37. Фройд З. Тлумачення снів. Серія «Зарубіжні авт. зібрання». Наукове видання Фоліо. Харків. 2019. 156 с.
38. Хекхаузен Х. Мотивація й діяльність 2025. URL: <https://surl.lt/momqkl> (дата звернення 16.08.2025).

39. Чаркіна О. А. Коучингові технології як інструмент кар'єрного самоменеджменту в роботі зі студентами-психологами. *Науковий журнал з соціології та психології «Габітус»*. 2020. №19. С. 195-201.
40. Шапар В. Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків.: Прапор, 2007. 640 с.
41. Яценко Т. С. Теорія і практика групової корекції. Активне соціальнопсихологічне навчання. Навч. посібник. Київ. Вища школа, 2004. 679 с.
42. Allport G. Formation of personality. 2025 URL. : <https://surl.li/asyrxz> (дата звернення 14.08.2025)
43. Allport F.N Theories of procession and the concept of structure. 2014. URL: <https://surl.li/mjsahe> (дата звернення 05.08.2025)
44. Adler A. (1956) Essays on Individual Psychology. <https://surl.li/ihjqfn> (дата звернення 22.06.2025)
45. Apter M. J. Reversal theory and personality: A review // J. of Res. in Pers. 1984. V. 18. P. 265-288.
46. Apter M. J. (2014) Towards a Theory of Things: Reversal Theory and Design. *Journal of Motivation, Emotion, and Personality*. 2014, Vol. 2, No. 2, pp. 3–11. DOI: 10.12689/jmer.2014.302 (дата звернення 15.07.2025).
47. Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: Vol. 1 attachment (2nd ed.). New York: Basic Books. URL: <https://surl.lu/pxdviw> (дата звернення 23.08.2025).
48. Danko D. Haponenko L. Kryzhanovskyi O. Halion I., Popovych I., Charkina O., Halion A. (2024) Relationship between emotional intelligence and coping strategies in junior athletes' behavior during extreme competitive situations. *Journal of Physical Education and Sport* ® (JPES), Vol. 24 (issue 11), Art 278, pp. 1518-1527.

49. Deci, E., Ryan R. (1985) Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. University of Rochester. Rochester, New York : Plenum Press, 1985. 375 p
50. Fromm, E. (2010). The Heart of Man: Its Genius for Good and Evil. NY: American Mental Health Foundation Books.
51. Godefroid J. What is Psychology. In 2 Volumes. Published by [Forgotten Books](#), 2018.
52. Goleman D.(1995) Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. URL: <https://surl.li/binclt> (дата звернення 12.09.2025).
53. [Gnambs T.](#), [Hanfstingl B.](#) (2016) The Decline of Academic Motivation during Adolescence: An Accelerated Longitudinal Cohort Analysis on the Effect of Psychological Need Satisfaction. [*Educational Psychology* 36\(9\):1698-1712](#)
DOI:[10.1080/01443410.2015.1113236](https://doi.org/10.1080/01443410.2015.1113236)
54. Heckhausen H. (2007) Motivation and Action: Introduction and Overview. *Motivation and Action*. P. 1-9. DOI: [10.1017/CBO9780511499821.002](https://doi.org/10.1017/CBO9780511499821.002)
55. Hewitt P.L. et al. (2003). The interpersonal expression of perfection: Perfectionistic self-presentation and psychological distress. *Soc. Psychol.* 84(6), 1303–1325. doi: 10.1037/0022-3514.84.6.1303
56. [Maddi S.R.](#) (2004) Hardiness: An Operationalization of Existential. [*Journal of Humanistic Psychology* 44\(3\):279-298.](#) Courage
DOI:[10.1177/0022167804266101](https://doi.org/10.1177/0022167804266101)
57. McClelland Achievement Motivation Theory: Understanding What Drives Success. 2024. URL.: <https://surl.li/spvnbo> (дата звернення 12.08.2025)
58. Maslow A. H. (1943) A Theory of Human Motivation. Originally Published in *Psychological Review*, 50, 370-396 URL: <https://surl.li/ryugnb> (дата звернення 19/ 07.2025).
59. Murrey H.A. (1938) Exploration in personality. URL: <https://surl.li/bbeikk> (дата звернення 12.04.2025)

60. Paul E.M. (1992) Needs (Murray, 1938) and State-Variables, 1938). *Psychological Reports*, 1992, 70, 407-450. URL: <https://surl.li/zvuphz> (дата звернення 20.08.2025).
61. [Ryan](#) R.M., [E L Deci](#) (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–<https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
62. Walters J., Apter M. J., Svebak S. Colour preference, arousal and the theory of psychological reversals. *Motivation and Emotion*. 1982. V. 6, 3. P. 193—215
63. White R. Motivation Reconsidered: The Concept of Competence. *Psychological Review*. 1959. № 66. P. 297–333. URL: <https://surl.li/djffqb> (дата звернення 12.08.2025).
64. Jung K.G. (1916) Libido, its metamorphoses and symbols. URL: <https://surl.li/ljewym> (дата звернення 15.08.2025).

ДОДАТКИ

Додаток А.1.

Згода прийняти участь в психологічному дослідженні здобувача ЗППм-24 Тищенко Дмитра Олександровича за матеріалами освітньо-кваліфікаційної роботи «ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВТРАТИ ВНУТРІШНЬОЇ МОТИВАЦІЇ У СТУДЕНТІВ» **Криворізький державний педагогічний університет, кафедра практичної психології**

Я, Тищенко Дмитро Олександрович, запрошую прийняти участь в емпіричному дослідженні з активації реверсії втраченої мотивації (оновлення втраченої внутрішньої мотивації), яке складається з *тестового діагностування* (три тести терміном до 45 хвилин) та *участі в груповій психокорекції* з подолання негативних чинників, що призводять до втрати внутрішньої мотивації (протягом 1,5 місяця, 12,5 годин).

Результати дослідження є конфіденційні, плануються використати в КР та наукових конференціях та публікації у науковій літературі. Якщо Ви забажаєте вийти з програми, то зможете зробити це коли завгодно без будь-яких заперечень з моєї сторони. Результати будуть повідомлені індивідуально за Вашим запитом.

Дякую за проявлену активність у емпіричному дослідженні.

Документ А.2.

Запевнення учасника емпіричного дослідження.

Я, _____, усвідомлюю, що моя участь у програмі є цілком добровільною і що я можу відмовитися від участі в ній або вийти з неї в будь-який момент без жодних негативних наслідків для себе.

Учасник _____ Дата _____

ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ

ПП	Мета психокорекційного заняття	Завдання психокорекційного заняття
Початкова стадія розвитку психокорекційної групи ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИЙ МОДУЛЬ РОЗПІНАННЯ СУБ'ЄКТНИХ ПЕРЕЖИВАНЬ ЯК ДЕТЕРМІНАНТ СТІЙКОСТІ АБО ВТРАТИ ВНУТРІШНЬОЇ МОТИВАЦІЇ		
1,2	Ознайомлення і специфікою групової психокорекції в тренінгу, знайомство з проблемою втрати внутрішньої мотивації. з метою та завданнями психокорекційних занять, створення сприятливого психологічного простору.	Формування довірливих стосунків у груповій корекції, прийняття принципів роботи в тренінгу, ознайомлення з груповим процесом як корекційного впливу, дати відповіді на запитання
3	Подолання психологічних бар'єрів уникнення, розвиток здійснювати зворотній зв'язок, встановлення спільних цілей, які є смисловими для кожного учасника групової корекції	Закріплення атмосфери довіри, відкритості, емпатії та толерантності, емоційної близькості щодо виконання тренінгових вправ
Основний етап – робоча стадія розвитку учасників групової корекції СУБ'ЄКТНІ ПЕРЕЖИВАННЯ РОЛЬОВОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ		
4-5	Визначення значимості магістральної лінії досліджень про виникнення внутрішньої мотивації як прояву відчуття любові, творчості, свободи, екзистенційної ідентичності власного Я як володаря свого життя	Сюжети кінофільмів про тривалі негативні переживання з причин неусвідомленої ідентичності та хибного судження про себе й ситуацію. Розвиток соціальної перцепції в аналізі ідентичності як володаря своєї волі чи виконавця чужої волі.
СУБ'ЄКТНІ ПЕРЕЖИВАННЯ ДЕСТРУКТИВНОЇ ТА КОНСТРУКТИВНОЇ РЕФЛЕКСІЯ		
6-7	Розгляд різниці конструктивної та деструктивної рефлексії як детермінант стійкості чи втрати внутрішньої мотивації. Аналіз конструктивної рефлексії в розвитку	Аналіз життєвих ситуацій з втрати внутрішньої мотивації з причин егоїстичної спрямованості та перфекціонізму.
	емоційної регуляції та мотиваційної спрямованості за морально-духовними та екзистенційними потребами.	Розвиток соціальної перцепції, емпатії та толерантності в груповій взаємодії. Закріплення в сюжетно-рольових іграх.
СУБ'ЄКТНІ ПЕРЕЖИВАННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ЗА РЕФЛЕКСИВНО-РОЛЬОВИМ ВИПРОМ		
8-9	Закріплення рефлексивного самоспоглядання за внутрішніми диспозиціями та їх проявів у екзистенційній ідентичності чи конформістській ідентичності, спрямованість на самовизначення прихованих несвідомістю реальної ідентичності образу «Я».	Технології послідовності фіксувати «момент» втрати внутрішньої мотивації, формулювання втрати, забезпечення нових варіантів рольової поведінки щодо зміни ідентичності як соціально зрілої особистості.
Завершальна стадія психокорекційної роботи СУБ'ЄКТНІ ПЕРЕЖИВАННЯ РЕВЕРСИВНОСТІ ПЕРЕХОДУ ВІД ВТРАЧЕНОГО МОТИВУ ДО ЙОГО ВІДНОВЛЕННЯ		
10	Закріплення знань про чинники втрати внутрішньої мотивації. Аналіз спонтанної сюжетної гри з визначення видів рефлексії та визначення видів ідентичності (конструктивно, деструктивно)	Самоаналіз внутрішніх переживань, уточнення психодіагностичних припущень, з'ясування деструктивних стратегій мислення та обраних ідентичностей та конструктивних, які свідчать про соціальну зрілість.
Загальна кількість проведених занять в годинах 12,5 годин		

Наративи, які були використані в психологічному тренінгу

Наративи мудрості не втрачати внутрішню мотивацію як особистісно й соціально значущу	Емоційно-когнітивна спрямованість на розвиток стійкості внутрішньої мотивації
Учітесь, читайте, і чужому навчайтесь, й свого не цурайтесь...». Т. Шевченко	Усвідомлення цінності розпізнання емоційних станів та переживань та інших людей.
Слухай, що говорять люди, але розумій, що вони відчувають. Східна мудрість	Роздуми та переосмислення цінності розпізнавати власні внутрішні стани та стани інших людей
Оберіть собі роботу до душі, і Вам не доведеться працювати жодного дня у своєму житті. Конфуцій	Роздуми про важливість отримувати задоволення від процесу роботи, а не від оцінки інших.
На людей впливають не самі події, а те, як люди їх сприймають. Епіктет	Осмислення ролі рефлексивного аналізу емоційно-когнітивного чинника в активності особи.
Правитель може обтяжувати свій народ після того, як отримає його довіру. В іншому випадку народ вважатиме служіння йому за тиранію. Так само і правителя можна хвалити лише після того, як він став вірити тобі, в іншому випадку він вважатиме це за лихослів'я. Конфуцій	Роздуми про важливість таких складових особистості як довіра, відкритість вираженість.
Вуличні чутки і вигадки — це наруга чесноти! (Пліткувати погано). Конфуцій	Роздуми про морально-духовні цінності як вершини соціально-зрілої особистості.
Будь-яку фразу можна висловити тактовно.	Осмислення етичної й тактовної вербальної й невербальної поведінки як складова зрілої особистості.
Немає нічого усередині, все, що усередині, – зовні. Гете	Переосмислення значимості конгруентності й неконгруентності як у власному житті, так і соціокультурному просторі.
Одержати можна тільки віддаючи	Переосмислення цільового значення внутрішньої мотивації відповідального ставлення до роботи

**Динаміка зміни загальної кількості характеристик стійкості
внутрішньої мотивації до і після тренінгу (за t-критерієм
Стюдента)**

Ознак стійкості	До та після психологічного тренінгу			
	На констатувальному етапі	t _{емп}	На завершальному етапі	t _{емп}
загальна кількість	13,6 [*]	2.1	18,4 [*]	2.5

Примітка: $t_{\text{емп}}^* > t_{\text{кр}}^*$ ($p \leq 0,05$), $t_{\text{кр}} = \{1.97 (p \leq 0,05), 2.61 (p \leq 0,01)\}$