

МОТИВАЦІЯ ДО НАВЧАННЯ ЯК ВАЖЛИВА УМОВА ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТІСНИХ РЕСУРСІВ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Тур О.М.

Національний університет

«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

oksanatur@nupp.edu.ua

Внутрішнє прагнення людини досягти благополуччя в усіх сферах життя є потужною рушійною силою, що спонукає її до активних дій, цілеспрямованого розвитку та постійного самовдосконалення. Саме завдяки такому прагненню психологічне благополуччя особистості студента як багатогранний комплекс емоційних станів стає реальністю, проявляючись у стійкому відчутті задоволеністю буттям, гармонійному сприйнятті себе як цілісної особистості та внутрішньому балансі [1, с.44].

Жити повноцінним та щасливим життям людині будь-якого віку допомагають особистісні ресурси – її внутрішні сили та можливості, які дають змогу: усвідомлювати та розуміти свої потреби та можливості, визначати цілі та шляхи їх досягнення, активно діяти та долати труднощі, зберігати психічну та емоційну рівновагу, розвиватися та самовдосконалюватися [2, с. 23].

Одну з ключових ролей у формуванні особистісних ресурсів студентської молоді відіграє мотивація – складне психологічне явище, яке визначається як комплекс внутрішніх та зовнішніх чинників, що спонукають особистість до активних дій, спрямованих на досягнення певної мети. Мотивація ґрунтується на потребах та бажаннях, вона спрямована на досягнення цілей, що можуть бути як простими (покращити оцінку з певного предмета, вивчити тему, підготуватися до практичного чи лабораторного заняття), так і складними (закінчити університет, побудувати кар'єру), та тісно пов'язана з емоціями, які надають енергії та сили для досягнення мети.

Існують кілька видів мотивації, які впливають на формування особистісних ресурсів студентів: 1) внутрішня мотивація – ґрунтується на особистому інтересі до навчання, прагненні до знань та самовдосконалення. Студенти, які мають високу внутрішню мотивацію, зазвичай більш активні на заняттях, ставлять перед собою амбітні цілі та докладають зусиль для їх досягнення; 2) зовнішня (позитивна і негативна) мотивація – позитивна ґрунтується на прагненні отримати зовнішню винагороду, наприклад, високі оцінки, диплом, престижну роботу, а негативна проявляється у побоюваннях та страхах, наприклад, отримати низький бал чи взагалі бути виключеним з числа студентів через неуспішність. Студенти, які мотивовані зовнішніми факторами, можуть бути менш зацікавлені в навчанні та більше зосереджені на досягненні (або утриманні) конкретних результатів; 3) інструментальна мотивація – ґрунтується на прагненні використовувати навчання як інструмент для досягнення інших цілей, наприклад, кар'єрного зростання або фінансової незалежності. Студенти, які мотивовані інструментально, можуть бути більш прагматичними та орієнтованими на результат.

Мотивація, безумовно, впливає на формування особистісних ресурсів студентської молоді, зокрема: сприяє розвитку сильних сторін характеру (впевненість у собі, комунікабельність, справедливість, самоповага, відповідальність, цілеспрямованість, наполегливість, оптимізм, креативність та ін.); допомагає долати стреси та труднощі (високе навантаження, прокрастинація, страх невдачі, невпевненість у собі, проблема з концентрацією уваги та ін.); стимулює досягнення поставлених цілей. Мотивовані студенти краще навчаються, якісніше засвоюють матеріал, ставлять перед собою амбітні цілі та докладають зусиль задля їх досягнення, вони більш схильні до самоаналізу, саморозвитку, та пошуку нових можливостей самовдосконалення.

Мотивація не є вродженою якістю, це навичка, яку можна і треба розвивати у студентів шляхом, наприклад: 1) створення сприятливої навчальної атмосфери, що передбачає повагу до студентів, заохочення їх до активного навчання, надання усіх можливостей для самостійного розвитку; 2) використання різноманітних активних та інтерактивних методів навчання, що допоможе студентам глибше усвідомити свої інтереси; 3) постановки амбітних і водночас досяжних цілей, що допоможе їм відчутти себе спроможними перемагати труднощі; 4) забезпечення зворотного зв'язку, що уможливить розуміння своїх переваг та недоліків, а відповідно, покращення результатів; 5) підтримування студентів у їхніх прагненнях та починаннях

Отже постійна робота над підвищенням у студентської молоді мотивації до навчання сприятиме розвитку їхніх особистісних ресурсів (формування характеру, регулювання емоцій, вміння вирішувати проблеми, ставити цілі та досягати їх, я планувати час, організовувати свій простір, дбати про своє здоров'я та інші), а відтак і повноцінному та щасливому життю.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Кобець О., Кузьменко Ю. Особисті ресурси як чинники підтримання психологічного благополуччя в умовах екзистенційних загроз. *Вісник Національного університету оборони України*, 2022, № 66 (2), С. 43-49. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-66-2-43-49>
2. Даценко О. Психологічний ресурс особистості як наукова парадигма. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2020. Том 31 (70) № 4 С.22-27.

ЗАСОБИ ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

Тютюнник Л.Л.

Національний університет оборони України

liliya_nuou@ukr.net

Воєнні дії на території України та масштабність їх деструктивного впливу суттєво актуалізували питання збереження психічного здоров'я військовослужбовців, які виконують завдання за призначенням в бойових