

НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК
УКРАЇНИ
ДЗВО «УНІВЕРСИТЕТ МЕНЕДЖМЕНТУ ОСВІТИ»
БІЛОЦЕРКІВСЬКИЙ ІНСТИТУТ НЕПЕРЕРВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ
ОСВІТИ

Кафедра педагогіки, психології та менеджменту

ДОПУЩЕНО ДО ЗАХИСТУ
завідувачка кафедри ГПІ та М
д. е. н., доцентка


**Юлія
ГЕРАСИМЕНКО**
(підпис)

« 12 » травня 2025р.

(дата)

**«МЕТОДИ РОБОТИ ПСИХОЛОГА З ДІТЬМИ ПІДЛІТКОВОГО
ВІКУ ЩОДО МОТИВАЦІЇ НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ»**

**Кваліфікаційна робота
на здобуття освітнього ступеня «магістр»**

Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність: 053 Психологія

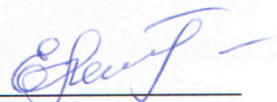
Освітньо-професійна програма «Психологія»

Здобувачка вищої освіти
групи ПС-23-11-зМ

ЛОЙ Ірина Олексіївна

(підпис)

Науковий керівник:
кандидат педагогічних наук,
доцент


ЛЕЩЕНКО Олена Геннадіївна (підпис)

Біла Церква 2025

Протокол аналізу звіту подібності

Заявляю, що я ознайомився (-лась) з Повним звітом подібності, який був згенерований Системою виявлення і запобігання щодо роботи:

Автор: Лой Ірина Олексіївна, група ПС-23-11-ЗМ

Назва: Методи роботи психолога з дітьми підліткового віку щодо мотивації навчальної діяльності

Керівник: Лещенко Олена Геннадіївна

Підрозділ: кафедра педагогіки, психології та менеджменту

Коефіцієнт подібності 1: 35.4%

Мікропробіли: 53

Заміна букв: 0

Інтервали: 0

Після аналізу Звіту подібності констатую наступне:

☒ Запозичення, виявлені в роботі є законними і не є плагіатом. Рівень подібності не перевищує допустимої межі. Таким чином робота незалежна і приймається.

☐ Запозичення не є плагіатом, але перевищено граничне значення рівня подібностей. Таким чином робота повертається на доопрацювання.

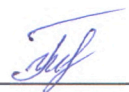
☐ Виявлено запозичення і плагіат або навмисні текстові спотворення (маніпуляції), як передбачувані спроби укриття плагіату, які роблять роботу невідповідною вимогам законодавства (Ст. 26. ЗУ Про фахову передвищу освіту, пункт 3.1, Ст. 42. ЗУ Про освіту) та вимог НАЗЯВО (Критерій 5), а також кодексу етики і процедур. Таким чином робота не приймається.

Висновок:

Вивіряючи роботу Лой І.О. маю наступний рівень схожості аналізованого тексту. Після аналізу роботи науковим критерієм з'ясувалося, що висловлені в роботі Лой І.О. запозичення є сумісними і не мають ознак плагіату. З огляду на це, робота визнається самостійною і допускається до захисту.
Дата 10.05.2025р.

Відповідальний за антиплагіатну технічну експертизу у Білоцерківському інституті неперервної професійної освіти
ДЗВО «Університет менеджменту освіти»
НАПН України:

Підпис



БІЛОЦЕРКІВСЬКИЙ ІНСТИТУТ НЕПЕРЕРВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ

Кафедра педагогіки, психології та менеджменту

Рівень вищої освіти магістр

Спеціальність 053 Психологія, освітня програма Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри ПП та М,

д.е.н., доцента

Ю.С. ГЕРАСИМЕНКО

« 3 » січня 2025 року

ЗАВДАННЯ НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ ЗДОБУВАЧЕВІ ОСВІТИ

Лой Ірині Олексіївні

1. Тема роботи «Методи роботи психолога з дітьми підліткового віку щодо мотивації навчальної діяльності».

керівник роботи: ЛЕЩЕНКО Олена Геннадіївна, кандидат педагогічних наук, доцент Білоцерківського інституту неперервної професійної освіти ДЗВО «УМО» НАПН України

затверджена наказом БІНПО від «03» січня 2025 року № 01-06/03

2. Строк подання здобувачем освіти роботи: «02» травня 2025 р.

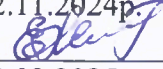
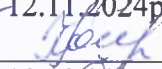
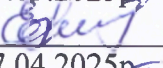
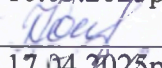
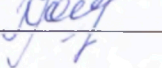
3. Вихідні дані до роботи: наукові праці, публікації в актуальних періодичних виданнях та веб ресурсах, монографії вітчизняних та зарубіжних вчених з досліджуваних питань, власні спостереження, анкетування та тестування. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до першого, другого, третього розділів, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків загальним обсягом 133 сторінок, з них обсяг основного тексту 95 сторінок, список використаних джерел нараховує 72 позиції.

4. Перелік питань, які потрібно розробити:

- розкрити сутність та зміст поняття мотиву та мотивації у навчальній діяльності підлітків;
- з'ясувати особливості розвитку дітей підліткового віку;
- дослідити роль психологічної служби в роботі з підлітками;
- визначити вплив основних принципів мотивації на навчальну діяльність учнів підліткового віку;

- провести оцінку відносин підлітка з класом. Проаналізувати становлення мотивацій досягнень у підлітковому віці;
- діагностувати здатність підлітків до навчання;
- визначити психолого-педагогічні основи формування ціннісного ставлення до навчальної діяльності в підлітковому віці;
- обґрунтувати перевірку основних методів становлення та удосконалення мотиваційних досягнень

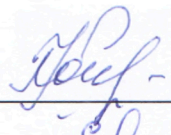
5. Консультанти розділів роботи

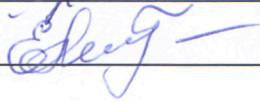
Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання видав	Завдання прийняв
1	Лещенко О.Г., кандидат педагогічних наук, доцент	12.11.2024р. 	12.11.2024р. 
2	Лещенко О.Г., кандидат педагогічних наук, доцент	10.03.2025р. 	10.03.2025р. 
3	Лещенко О.Г., кандидат педагогічних наук, доцент	17.04.2025р. 	17.04.2025р. 

6. Дата видачі завдання 12 листопада 2024 р.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1.	Узгодження теми, складання змісту	Січень	Виконано
2.	Вивчення літературних джерел	Січень	Виконано
3.	Збирання емпіричного матеріалу	Лютий	Виконано
4.	Обробка емпіричного матеріалу	Лютий	Виконано
5.	Виконання розділу 1	Березень	Виконано
6.	Виконання розділу 2	Березень	Виконано
7.	Виконання розділу 3	Квітень	Виконано
8.	Формулювання висновків	Квітень	Виконано
9.	Оформлення роботи, одержання відгуку та рецензії	Травень	Виконано
10.	Подання роботи на кафедру	Травень	Виконано

Студент  Ірина ЛОЙ

Керівник роботи  Олена ЛЕЩЕНКО

ДЗВО «УНІВЕРСИТЕТ МЕНЕДЖМЕНТУ ОСВІТИ» НАПН УКРАЇНИ
БІЛОЦЕРКІВСЬКИЙ ІНСТИТУТ НЕПЕРЕРВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ

Кафедра педагогіки, психології та менеджменту

В І Д Г У К

**Керівника на кваліфікаційну роботу здобувача освіти другого
(магістерського) рівня вищої освіти заочної форми навчання ПС-23-
113м**

Спеціальності 053 Психологія

Лой Ірини Олексіївни

**на тему: «Методи роботи психолога з дітьми підліткового віку щодо
мотивації навчальної діяльності»**

Кваліфікаційна робота присвячена актуальній темі зокрема методам роботи психолога з дітьми щодо формування мотивації до навчання. Мотивація до навчання є ключовим чинником, який визначає успішність освітнього процесу підлітків. У цьому віці мотивація виступає не лише рушієм для засвоєння знань, а й важливим елементом особистісного розвитку, самореалізації та формування відповідального ставлення до майбутнього. Підлітки, які усвідомлюють практичну цінність знань та бачать зв'язок між навчанням і власними цілями, демонструють вищу активність, наполегливість і кращі результати у навчанні.

Автор роботи чітко визначила мету – дослідження та теоретичне обґрунтування специфіки взаємодії психолога з дітьми підліткового віку; дослідження основи мотиваційної системи у підлітків; експериментальна перевірка основних методів становлення та удосконалення мотиваційних досягнень підлітків.

Серед позитивних моментів слід відзначити глибоке опрацювання наукових джерел, належний рівень теоретичного аналізу проблеми, правильний вибір методів дослідження, а також вдалу організацію практичної частини роботи. Матеріали дослідження можуть використовувати психологи під час проведення наукових досліджень, лекцій, практичних занять, семінарів та конференцій. Також результати

магістерської роботи можуть використовувати шкільні психологи, учителі та класні керівники під час роботи з учнями.

Особливої уваги заслуговує практична частина роботи, яка включає обґрунтування методики, вибір психодіагностичних інструментів, якісну інтерпретацію результатів.

Під час виконання роботи Лой І.О. проявила самостійність, наполегливість, аналітичне мислення, вміння працювати з психодіагностичним інструментарієм та узагальнювати отримані результати. Продемонстровано високий рівень теоретичної підготовки, глибоке розуміння проблематики та здатність до практичного застосування знань у межах психологічної допомоги, щодо підвищення мотиваційної діяльності в процесі навчання.

Кваліфікаційна робота Лой І.О. є завершеним самостійним дослідженням, відповідає всім вимогам щодо підготовки таких робіт, а тому заслуговує на високу позитивну оцінку.

Керівник кваліфікаційної роботи магістра
кандидат педагогічних наук, доцент, доцент
кафедри педагогіки, психології та менеджменту
Білоцерківського інституту неперервної
професійної освіти ДЗВО «УМО»
НАПН УКРАЇНИ



Олена ЛЕЩЕНКО

дата «10» травня 2025 р.

РЕФЕРАТ

Магістерська робота: 133 стор, 12 рисунків, 7 додатків, 72 літературних джерела.

Мета дослідження: теоретичне обґрунтування специфіки взаємодії психолога з дітьми підліткового віку; дослідження основи мотиваційної системи у підлітків; експериментальна перевірка основних методів становлення та удосконалення мотиваційних досягнень підлітків.

Об'єктом дослідження є дослідження психологічних особливостей дітей підліткового віку та основних принципів мотивації в навчальній діяльності.

Предметом дослідження є методи та прийоми роботи психолога з дітьми-підлітками щодо становлення мотивації досягнення .

На різних стадіях дослідження широко використовувалися такі методи: аналіз літератури, узагальнення теоретичних положень, метод поперечних зрізів, тестування, статистичні, діагностичний і формуючий експерименти, спостереження, анкетування, бесіда, метод педагогічних ситуацій, оригінальні психодіагностичні методики.

У магістерській роботі теоретично обґрунтовано та емпірично досліджено роль мотивів та мотивації у підлітків; уточнено та поглиблено знання про особливості мотиваційної системи цінностей для дітей підліткового віку; використання методів психологічної діагностики для дослідження мотиваційної спрямованості особистості; розроблено рекомендації практичним психологам стосовно проведення психологічної корекції та гармонізації особистісного зростання у підлітковому віці.

Практичне значення отриманих результатів дослідження полягає в тому, що матеріали дослідження можуть використовувати психологи під час проведення наукових досліджень, лекцій, практичних занять, семінарів та конференцій. Також результати магістерської роботи можуть використовувати шкільні психологи, учителі та класні керівники під час роботи з учнями.

Основні теоретичні положення і результати дослідження доповідалися на регіональному науково-практичному семінарі «Психолого-педагогічні чинники формування професійної компетентності кваліфікованих робітників в умовах воєнного стану», що відбувся у м. Біла Церква 26 квітня 2024 року.

Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до першого, другого, третього розділів, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків загальним обсягом 133 сторінок, з них обсяг основного тексту 95 сторінок, список використаних джерел нараховує 72 позиції.

Ключові слова: підлітковий вік, потреба, мотив, мотивація, навчальна діяльність.

ABSTRACT

Master's thesis: 133 pages, 12 figures, 7 appendices, 72 literary sources.

Purpose of the study: theoretical substantiation of the specifics of the psychologist's interaction with adolescent children; study of the basis of the motivational system in adolescents; experimental verification of the main methods of formation and improvement of motivational achievements of adolescents.

The object of the study is the study of the psychological characteristics of adolescents and the basic principles of motivation in educational activities.

The subject of the study is the methods and techniques of a psychologist's work with adolescent children regarding the formation of achievement motivation.

At various stages of the study, the following methods were widely used: literature analysis, generalization of theoretical positions, cross-sectional method, testing, statistical, diagnostic and formative experiments, observation, questionnaires, conversation, method of pedagogical situations, original psychodiagnostic techniques.

The master's thesis theoretically substantiates and empirically investigates the role of motives and motivation in adolescents; clarified and deepened knowledge about the peculiarities of the motivational value system for adolescents; use of psychological diagnostic methods to study the motivational orientation of the individual; recommendations have been developed for practical psychologists regarding psychological correction and harmonization of personal growth in adolescence.

The practical significance of the research results is that the research materials can be used by psychologists when conducting scientific research, lectures, practical classes, seminars, and conferences. The results of the master's thesis can also be used by school psychologists, teachers, and class teachers when working with students.

The main theoretical provisions and results of the study were reported at the regional scientific and practical seminar «Psychological and pedagogical factors in the formation of professional competence of qualified workers under martial law», which was held in the city of Bila Tserkva on April 26, 2024.

The work consists of an introduction, three chapters, conclusions to the first, second, and third chapters, general conclusions, a list of sources used, and appendices totaling 133 pages, of which the main text is 95 pages long, and the list of sources used has 72 items.

Keywords: adolescence, need, motive, motivation, educational activity.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	13
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ РОБОТИ ПСИХОЛОГА З ДІТЬМИ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ.....	18
1.1. Особливості розвитку дітей підліткового віку та роль психологічної служби в роботі з підлітками.....	18
1.2. Визначення поняття «мотив», «мотивація» у психологічній науці.....	33
1.3 Специфіка і шляхи формування мотивації у підлітків у процесі навчання.....	43
Висновки до розділу 1.....	49
РОЗДІЛ 2 ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХІЧНИХ ПРОЦЕСІВ У ДІТЕЙ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ.....	52
2.1. Оцінка відносин підлітка з класом та діагностика здатності до навчання.....	52
2.2. Вивчення мотивації пізнавальної спрямованості підлітка.....	58
2.3. Діагностика структури навчальної мотивації школяра та діагностика потреби в пошуках відчуттів.....	63
Висновки до розділу 2.....	69
РОЗДІЛ 3 РОЗРОБКА РЕКОМЕНДАЦІЙ ПРАКТИЧНИМ ПСИХОЛОГАМ ЩОДО ПРОВЕДЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ ТА ГАРМОНІЗАЦІЇ ОСОБИСТІСНОГО ЗРОСТАННЯ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ.....	72
3.1. Прийоми стимулювання й мотивації навчальної діяльності в підлітковому віці.....	72
3.2. Рекомендації практичним психологам стосовно проведення психологічної корекції та гармонізації особистісного зростання у підлітковому віці.....	86
Висновки до розділу 3.....	99
ВИСНОВКИ.....	102

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	106
ДОДАТКИ.....	133

ВСТУП

Кожна людина в своєму житті проходить різні вікові періоди розвитку і становлення особистості. І кожен із них є важливим. Розвивається людина, розвивається її індивідуальність, відбувається становлення як особистості. Важливу роль відіграють перші етапи становлення особистості, серед яких і є підлітковий період. Підліток - це вже не дитина, але ще й не дорослий. І ця позиція підлітка і є специфікою цього періоду, але це далеко ще не розкриває суті, не пояснює його поведінки.

Сучасний світ стрімко змінюється, що призводить до інтенсивних змін у соціальних орієнтаціях суспільства. Процес змін найповніше відображається у сучасній системі розвитку загальної середньої освіти. Сучасна школа перебуває у фазі динамічного оновлення, постійно вдосконалюються організаційні форми та зміст навчання, впроваджуються інноваційні технології навчання. Учителі постають перед новими викликами, і один із них – це небажання дітей вчитися. Адже сучасні учні повинні мати не лише певний обсяг знань, умінь і навичок, а й повсякчас збагачувати свій внутрішній потенціал, займатися самовихованням у процесі навчання.

Спираючись на зазначене вище, для вчителя одним із основних завдань постає створення психолого-педагогічних умов для розвитку мотивації до навчання. Будь-яка діяльність, в тому числі й процес навчання, відбувається під впливом різних умов і факторів, основним серед яких є потреба. Саме певна потреба є причиною того, що людина діє саме так, як вона діє. Психологи в своїх працях називають їх мотивами, а сукупність цих мотивів – мотивацією особистості до тієї чи іншої діяльності.

Мотивація є основним чинником усіх психологічних процесів учнів і має небиайкий вплив на мотиваційні відносини. Для підліткового віку характерна значна зміна у відношенні до мотивації навчання. Розвиток самосвідомості особистості, формування ціннісних ідеалів, орієнтирів і установок, певного попереднього професійного та особистісного самовизначення, розвиток стійких інтересів підлітка змінюють мотивацію до навчання на певну свавільну поведінку, яка характеризується схильністю діяти на власний розсуд, не зважаючи на волю і думку інших. Сприйняття цінностей суспільства і виховання індивідуальних смислів у педагогіці навчання виражаються у формуванні мети та специфіки мотивації. Співвідношення мотивів і мети навчальної діяльності визначає її справжнє значення для учня. Якщо правильно сформована мета навчальної діяльності, то тоді можлива позитивна реалізація існуючих мотивів і створення нових у процесі навчання. Якщо є правильний психологічно підкріплений мотив, що дозволяє учневі поступовий рух до мети, то створюється новий сенс у навчальній діяльності і відбувається позитивна динаміка в успішності підлітка.

Мотиваційна сфера особистості завжди була предметом уваги багатьох дослідників. Зокрема до цієї теми зверталися, як вітчизняні (М. Заброцький, С. Занюк, Г. Костюк, С. Максименко, М. Яницький та ін.), так і зарубіжні психологи (Дж. Аткинсон, У. Барбуто, К. Клакхон, М. Рокичта та ін.). Мають напрацювання в галузі теоретичних основ мотивації, загальних уявлень про її механізми (М. Алексєєва, В. Моргун та ін.), досліджено взаємозв'язок мотивації з пізнавальними процесами (Т. Баларич, І. Меліхова та ін.), різними видами діяльності (М. Гусаренко, В. Шуба та ін.), а також дослідженням питання впливу мотивації на ефективність освоєння знань (В. Мерлін, М. Матюхіна, Л. Фрідман та ін.).

Мотиваційній сфері навчання теж приділяли велику увагу в педагогічній і психологічній літературі (М. Алексєєва, Л. Божович, О. Ковальов, Г. Костюк, О. Леонтьєв, В. Мерлін, С. Рубінштейн, І. Синиця, В.

Сухомлинський, та ін.). Дослідженням питань психологічних особливостей особистості підлітків займалися (М. Боришевський, І. Булах, О. Пенькова, Л. Регущ, Т. Яблонська О. Кравченко, В. Моргуна, Н. Токарева , Т. Дуткевич та ін.). Незважаючи на те, що це питання цікавило багатьох дослідників, всеодно проблема мотиваційної сфери сучасних підлітків і психологія її формування залишається надостатньо розглянутою, щор і зумовило вибір теми для кваліфікаційної роботи «Методи роботи психолога з дітьми підліткового віку щодо мотивації навчальної діяльності»

Об’єктом дослідження магістерської роботи є дослідження психологічних особливостей дітей підліткового віку та основних принципів мотивації в навчальній діяльності.

Предметом дослідження є методи та прийоми роботи психолога з дітьми-підлітками щодо становлення мотивації досягнення .

Мета дослідження: теоретичне обґрунтування специфіки взаємодії психолога з дітьми підліткового віку; дослідження основи мотиваційної системи у підлітків; експериментальна перевірка основних методів становлення та удосконалення мотиваційних досягнень підлітків.

Завдання дослідження:

- з’ясувати особливості розвитку дітей підліткового віку та дослідити роль психологічної служби в роботі з підлітками;
- визначити поняття «мотиву», «мотивації» у психологічній науці;
- дослідити специфіку і шляхи формування мотивації у підлітків у процесі навчання;
- провести оцінку відносин підлітка з класом та діагностувати здатність підлітків до навчання;
- провести вивчення мотивації пізнавальної спрямованості підлітка;

- діагностувати структуру навчальної мотивації школяра та діагностика потреби в пошуках відчуттів;
- визначити прийоми стимулювання й мотивації навчальної діяльності в підлітковому віці;
- обґрунтувати рекомендації практичним психологам стосовно проведення психологічної корекції та гармонізації особистісного зростання у підлітковому віці.

Методи дослідження: теоретичні: аналіз літератури, узагальнення теоретичних положень; емпіричні: метод поперечних зрізів, тестування; статистичні.

Експериментальна база дослідження: Опорний заклад освіти «Синявський ліцей Рокитнянської селищної ради Білоцерківського району Київської області»

Апробація результатів дослідження. Основні теоретичні положення і результати дослідження доповідалися на регіональному науково-практичному семінарі «Психолого-педагогічні чинники формування професійної компетентності кваліфікованих робітників в умовах воєнного стану», що відбувся у м. Біла Церква 26 квітня 2024 року.

Структура: робота складається зі вступу, трьох розділів, висновку, списку використаних джерел і додатків. Містить 12 рисунки, 7 додатків. Загальний обсяг – 133 сторінки, основний текст викладено на 95 сторінках.

Теоретичне значення та наукова новизна роботи. Уперше теоретично обґрунтовано та емпірично досліджено роль мотивів та мотивації у підлітків; уточнено та поглиблено знання про особливості мотиваційної системи цінностей для дітей підліткового віку; використання методів психологічної діагностики для дослідження мотиваційної спрямованості особистості. Отже, наукова новизна дослідження полягає у комплексному підході до вивчення мотиваційної сфери підлітків,

уточненні її структури, поглибленні знань про вікові та індивідуальні особливості мотивації у підлітковому віці.

Практичне значення отриманих результатів дослідження.

Проведено теоретичний аналіз літератури, емпірично проведено та проаналізовано результати дослідження з оцінки відносин підлітків з класом, здатності до навчання та мотиваційної пізнавальної спрямованості підлітків, досліджено роль мотивації у підлітковому віці; уточнено та поглиблено знання про особливості мотивації підлітків; використання методів психологічної діагностики для дослідження мотиваційної спрямованості особистості.

Матеріали дослідження можуть використовувати психологи під час проведення наукових досліджень, лекцій, практичних занять, семінарів та конференцій. Також результати магістерської роботи можуть використовувати шкільні психологи, учителі та класні керівники під час роботи з учнями.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ РОБОТИ ПСИХОЛОГА З ДІТЬМИ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ

1.1. Особливості розвитку дітей підліткового віку та роль психологічної служби в роботі з підлітками

Підлітковим віком прийнято вважати період розвитку учнів від 11-12 р. до 14-15 р. Він полягає у переході дітей від періоду дитинства до дорослості і стосується всіх аспектів розвитку особистості – фізичного, морального, розумового, соціального.

Дуткевич Т.В. у посібнику «Дитяча психологія» зазначає, що спостерігаються швидкі й бурхливі зміни, що отримали назву «стрибок росту». Перебудовується весь організм підлітка, що зумовлено, насамперед, статевим дозріванням. Ріст організму хлопчиків досягає найвищих показників у 13 р. І продовжується до 15–17 рр. У дівчаток цей процес розпочинається і закінчується на два роки раніше. Розміри та маса внутрішніх органів підлітка наближаються до показників дорослої людини. Відбувається вдосконалення нейронів кори головного мозку, збагачуються асоціативні зв'язки між різними ділянками мозку, посилюється гальмування. Швидкість соматичних змін призводить до значного навантаження на організм підлітка, тому дорослі повинні забезпечити дотримання всіх гігієнічних вимог. Головний фактор розвитку особистості підлітка – зростання його соціальної активності. Відбувається глибока перебудова взаємин підлітка із оточуючими, що зумовлює кризу підліткового віку [10, с.372].

Різні психологи в різні періоди розвитку психологічної науки звертались до проблем розвитку і причин, що приводять до кризи підліткового віку, але одностайної думки на це питання не має. На думку

Стенлі Холла, Зигмунда Фрейда, криза підліткового віку є біологічною, а тому є неминучою, проявляється тією чи іншою мірою обов'язково в усіх підлітків. Вони пояснюють свою точку зору тим, що в організмі підлітка неминуче відбуваються глибокі перетворення, які впливають на його переживання і психічний розвиток.

Л. С. Виготський наголошував на тому, що причина кризи підліткового віку полягає в неузгодженості процесів статевого дозрівання, загальноорганічного розвитку та соціального формування.

Певне підтвердження думки Л.С.Виготського отримано в дослідженнях Маргарет Мід та Рут Бенедикт, які показали, що криза підліткового віку не має обов'язкового універсального характеру, а залежить від соціальних умов.

Водночас, дослідження вітчизняних психологів показують, що криза підліткового віку також не є обов'язковою для нашого суспільства, а залежить від успіху в перебудові системи взаємин підлітка з дорослими. Криза з'являється тоді, коли дорослі не змінюють своєї поведінки у відповідь на появу в підлітків прагнення до нових форм взаємин з батьками та вчителями (Т. В. Драгунова, Д. Б. Ельконін) [10, с. 373].

Отже, криза підліткового віку відображає неузгодженість процесу статевого дозрівання із загальним органічним розвитком та соціальним формуванням. Вона залежить від різних соціальних умов. З'являється, якщо дорослі не змінюють своєї поведінки, реагуючи на прояви в підлітків прагнення до нових форм взаємин із ними. Дорослі є безсилими перед імпульсивними неочікуваними перетвореннями в поведінці підлітка, вони не встигають вчасно зреагувати, перебудувати свій стиль спілкування з ним.

Вступаючи у доросле життя, підліток сприймає нові права у відносинах зі світом дорослості. Як результат, відбувається загострення у підлітка почуття власної гідності, він прагне до рівноправних стосунків

без обмежень самостійності. Підліток добивається, щоб дорослий визнав його і поважав, сприймав його як рівного собі.

Дуткевич Т. вказує, що характер спілкування з дорослими істотно впливає на особливості самооцінки підлітків. Так, лише у 8,3% підлітків, які могли довірливо спілкуватися з батьками, відзначається неадекватна самооцінка (так чи інакше вони недооцінюють себе). При домінуванні ж регламентованого спілкування неадекватна самооцінка мала місце у 87,9 % випадків. Стійка самооцінка формується в 79,1 % підлітків, якщо у них є можливості для довірливого спілкування, і лише у 25 % при регламентованому спілкуванні [10, с. 377].

Перехід до нового типу взаємовідносин дуже складний як для підлітка, так і для дорослого. Його уповільнюють такі моменти:

- Підліток залишається учнем, хоча вважає себе дорослим;
- цілковито матеріально залежить від дорослих;
- дорослі контролюють поведінку дитини і мають певні страхи перед самостійністю підлітка;
- у підлітка продовжують проявлятися дитячі риси, відсутня справжня власна самостійність.

Саме дорослий має ініціювати зміни у відносинах з підлітком. Якщо зміни відсутні, то дитина або залишиться неготовою до дорослого життя й страждатиме в майбутньому інфантилізмом, або виникатимуть бурхливі міжособистісні конфлікти дорослих і підлітка.

Спілкування з ровесниками в цей період – це окрема, особлива й надзвичайно важлива для нього сфера життя. Ці стосунки вибудовуються на принципах справедливості, рівності, саме тому вони забезпечують максимальні умови, що зміцнюють у підлітка почуття дорослості. Основним у спілкуванні стає спільність цінностей, потреб, переживань, прагнень, інтересів.

Діти підліткового віку вбачають у спілкуванні з однолітками сферу власного, не підвладного комусь, життя, де кожен має можливість діяти

самостійно й відповідати за свої вчинки особисто. Важливою потреба підлітка є бажання до спільної діяльності з однолітками й прагнення бути прийнятим, визнаним товаришами. Потрібно пам'ятати, що для підлітків є важливим не просто бути разом з ровесниками, вони мають зайняти в їх середовищі місце, яке б відповідало їхнім бажанням та прагненням. Для одних - це намагання бути лідером, для інших – мати авторитет серед друзів, бути асом у певній справі, треті просто хочуть знайти близького друга.

Мотиви спілкування з однолітками проходять певні стадії розвитку:

5 клас – переважає недиференційоване прагнення бути серед ровесників, щось разом робити, гратися;

6 клас – основним стає бажання підлітка зайняти певний статус у колективі, знайти своє місце;

7–8 клас – виникає потреба підлітка в власній автономії в межі групи однолітків та пошук визнання цінності своєї власної особистості в їхніх очах.

Конфліктні ситуації в стосунках з однолітками підліток сприймає дуже болісно, він шукає друзів поза межами школи, серед випадкових знайомих, що може призвести не завжди до добрих наслідків. Прагне завоювати визнання, демонструючи свою індивідуальність, але не завжди вдало і прийнятно. Найбільше починають цінують такі якості один одного, як товариськість, кмітливість, знання, сміливість і вміння володіти собою.

Популярним підлітка у класі роблять такі якості як:

- наявність тих рис характеру (не завжди позитивних), які клас цінує;
- ціннісною є єдність підлітка й класу (одні ідеї) ;
- важливою є адекватна або ледь знижена самооцінкою.

Важливого значення набуває дружба. Відбувається пошук друга. Спочатку коло претендентів на звання друга досить широке, нестійке, суперечливе, строкате. Для пошуку друга основну роль відіграє

взаєморозуміння, зближення інтересів, спільність захоплень. Дружба впливає на розвиток особистості підлітка, вона виконує такі **функції**:

- виступає джерелом виникнення нових інтересів;
- розвиток самооцінки й самовдосконалення на основі того, що товариш слугує зразком;
- забезпечує досвід взаєморозуміння і взаємопідтримки;
- можливість висловлення своїх думок, мрій, планів і порівняння їх з товаришами;
- формування переконань у дискусіях та в обговореннях;
- формування рефлексивного ставлення до взаємин;
- формування ідеалу дружби;
- пізнання внутрішнього світу свого та інших людей;
- набуття вмінь впливати на поведінку іншого;
- оволодіння практикою особистих взаємин. [10, 379]

Відбувається формування проникливості, спостережливості, бажання бути кращим, уваги до внутрішнього світу людини, звертається увага на осіб протилежної статі.

У підлітковому віці відбувається стрімке зниження успішності, інтересу до навчання відходить на задній план. Серед причин цього явища можна виділити:

- школа приваблює можливістю спілкування з ровесниками, а не навчальною діяльністю;
- розширюються джерела пізнання інформації, життєвих зв'язків, досвіду;
- нові вимоги в середній школі – поява нових вчителів, зростають вимоги до самостійності в навчальній діяльності;
- внаслідок дорослішання, професійного вибору підліток починає поділяти навчальні предмети на «важливі і неважливі».

Ставлення підлітка до навчання переважно залежить від особи вчителя, тому диференціюється щодо різних предметів, які учень поділяє

на «цікаві й нецікаві». В особі вчителя учні цінують справедливість, ерудованість, доброзичливість, тактовність, вміння організувати роботу учнів. Якщо відбувається зміна вчителя в класі, то це призводить до зміни ставлення учнів до предмету.

Учіння для підлітка набуває особистісного змісту, перетворюється у самоосвіту. Це проявляється у наступних фактах.

- Зміст учіння розширюється, виходить за межі шкільної програми за власною ініціативою підлітка. У класі вирізняються дібні учні, які не працюють на уроці, а цікавляться позапрограмовим матеріалом із предмету, яким оволодівають самостійно. Виникають захоплення, де необхідні самостійно набуті знання: електроніка, радіо, шахи, фотографія.
- З'являються мотиви професійної підготовки, незадоволеність власними знаннями; мотиви обов'язку, відповідальності та престижу без зв'язку з пізнавальною мотивацією не забезпечують високих успіхів у навчанні.
- Оволодіння основами наук (математика, фізика, хімія), які вимагають достатнього інтелектуального розвитку і самостійної навчальної роботи [10, с. 382].

Отже, можемо зробити висновок, що зміст навчальної програми значно ускладнюється, це вимагає від підлітків більш досконало підбирати та використовувати способи здобуття знань; в цей період відбувається зниження успішності учнів, зникає інтерес до навчання; саме поняття «учіння» набуває для підлітка особистісного змісту, перетворюється на самоосвіту; відбувається перехід від зовнішніх дій у внутрішній, мисленнєвий план. Пізнавальні процеси у підлітків набувають змін. На перший план виходять специфічно людські, соціально зумовлені види пізнавальних процесів (довільна та внутрішня увага, спостережливість, теоретичне мислення, уява, мовлення, словесно-логічна пам'ять,); відбувається вдосконалення керованість й регульованість пізнавальних

процесів; підліток свідомо використовує знання, вирішуючи складні навчально-пізнавальні задачі; мислення має важливий вплив на пізнавальну сферу підлітка, відбувається інтелектуалізація пізнавальних процесів.

Особливості роботи психолога з підлітками обумовлені типовими для даного вікового етапу проблемами. Підлітковим прийнято вважати період розвитку дітей від 11 - 12 до 15-16 років. Цей період знаменується бурхливим психофізіологічним розвитком і перебудовою соціальної активності дитини. У розумінні хронологічних меж віку в психологічній літературі немає єдності. Потужні зрушення, що відбуваються в усіх галузях життєдіяльності дитини, роблять цей вік "перехідним" від дитинства до дорослості.

Підлітковий вік багатий драматичними переживаннями, труднощами й кризами, коли складаються, оформлюються стійкі форми поведінки, риси характеру, способи емоційного реагування. Це пора досягнень, стрімкого нарощування знань, умінь, становлення "Я", набуття нової соціальної позиції. Разом з тим це вік втрат дитячого світовідчуття, поява почуття тривожності й психологічного дискомфорту.

Підлітковий вік часто називають періодом диспропорції в розвитку. У цей час збільшується увага до себе, своїх фізичних особливостей, загострюється реакція на думку оточуючих, підвищується почуття власної гідності й образливість. Фізичні вади часто перебільшуються [49].

Робота психолога з дітьми підліткового віку – це складний та важливий процес, що допомагає розвитку, підтримці та корекції психологічного стану підлітків. Діяльність психолога з учнями включає в себе різноманітні методи та методики, форми, що обов'язково враховують вікові особливості та індивідуальні потреби кожної дитини. Робота практичного психолога з дітьми є одним з найважливіших напрямів психологічної допомоги.

Основна мета роботи психолога з підлітками полягає у підтримці їхнього психічного, емоційного та соціального розвитку, формуванні відповідальності, самостійності й цілісності особистості, а також у допомозі підліткам подолати труднощі, пов'язані з цим складним періодом життя.

Форми діяльності з підлітками можуть бути різноманітними: групові та індивідуальні заняття, творчі майстерні, тренінги, рольові ігри, спостереження та аналіз. Цікаві та нетрадиційні методи дозволяють залучити увагу учнів та сприяють кращому засвоєнню матеріалу, підвищенню мотивації та розвитку комунікативних навичок.

Форми роботи з підлітками:

- Індивідуальна робота з дитиною передбачає проведення діагностики, консультацій, корекційно-розвивальних занять.
- Групова робота з дітьми може бути спрямована на розвиток комунікативних навичок, вирішення конфліктів, формування навичок самоконтролю та самооцінки.
- Колективна робота з дітьми передбачає проведення виховних заходів, тренінгів, семінарів. [59]

Методи роботи психолога з дітьми та учнями можуть бути традиційними та нетрадиційними.

- Традиційні методи поєднують у собі тестування, бесіду, спостереження, аналіз продуктів діяльності.
- Нетрадиційні методи включають у собі арт-терапію, казкотерапію, пісочну терапію, ігрову терапію, танцювальну терапію. [59]

Основними задачами психологічної роботи з підлітками є розвиток соціально-психологічних навичок; розширення рольового репертуару; розвиток комунікативних навичок; актуалізація процесу соціального самовизначення.

Робота психолога з учнями передбачає сприяння їхньому успішному навчанню, розвитку особистості, адаптації до шкільного життя. Завдання практичного психолога з дітьми включають в себе:

- діагностику психологічного стану дітей,
- просвітницьку роботу з дітьми,
- корекційну роботу з дітьми,
- консультаційну роботу з дітьми,
- взаємодію з батьками.

Практичний психолог може використовувати різні цікаві форми роботи з дітьми, які сприяють підвищенню мотивації дітей до навчання та розвитку. Інтерактивні форми роботи з дітьми передбачають активну участь дітей у процесі навчання та розвитку.

План роботи психолога з дітьми складається з урахуванням потреб дітей та цілей роботи. Усі аспекти роботи психолога з дітьми об'єднуються в плані роботи, який складається з діагностики, корекційних заходів, консультацій, взаємодії з батьками та просвітницької діяльності. Врахування вікових особливостей та індивідуальних потреб дитини є ключем до успішної та ефективної психологічної роботи з дітьми.

Токарева Н. М. у монографії «Сучасний підліток у системі психолого-педагогічного супроводу» зазначає основні напрями роботи психолога з дітьми та учнями [55, с.163]:

- Діагностична робота спрямована на вивчення психологічного стану дитини, виявлення її індивідуальних особливостей, а також виявлення можливих проблем у її розвитку. Діагностична робота психолога передбачає використання різноманітних психологічних тестів, спостережень та інтерв'ю для визначення потреб та проблем дитини. Це дозволяє зрозуміти особливості психіки та визначити напрямки подальшої роботи.

- Просвітницька робота спрямована на підвищення психологічної грамотності дітей. Просвітницька робота психолога з

дітьми передбачає надання дітям інформації про їхні права, можливості, про здоровий спосіб життя. Психолог може здійснювати просвітницьку роботу серед учнів, організовуючи тренінги, лекції чи тематичні групи, спрямовані на розвиток психологічної культури та навичок саморегуляції.

- Корекційна робота спрямована на корекцію відхилень у розвитку дитини. Корекційна робота психолога спрямована на усунення або корекцію психологічних проблем дітей. Корекційна робота психолога спрямована на виправлення та покращення психологічного стану дитини. Вона може включати в себе індивідуальні консультації, психологічні тренінги, терапевтичні вправи та ігри, спрямовані на подолання труднощів та покращення емоційного стану.

- Корекційно-розвивальна робота спрямована на розвиток позитивних рис особистості дитини, її пізнавальних здібностей і можливостей, емоційно-особистісної сфери.

- Консультаційна робота спрямована на надання допомоги дітям у вирішенні їхніх особистих проблем з психологічних питань.

- Взаємодія з батьками є важливою частиною роботи психолога з дітьми. Це сприяє узгодженій роботі та спільним зусиллям у вирішенні проблем та підтримці дитини в розвитку.

Загурська І.С. у посібнику «Психологічна служба в системі освіти» до основних етапів роботи психолога з підлітками додає профорієнтаційну роботу, що включає в собі консультаційну роботу із підлітками, класним керівником та батьками щодо вибору майбутньої професії дитини, дослідження її нахилів, можливостей та вподобань [44, с. 110].

Найбільш важливі моменти психофізіологічного розвитку підлітка – статеве дозрівання й статева ідентифікація, які є двома лініями єдиного процесу психосексуального розвитку. На психофізіологічному рівні дискомфорт підлітків пояснюється різними причинами:

- а) нестійкістю емоційної сфери;
- б) особливостями вищої нервової діяльності;

в) високим рівнем ситуативної тривожності. [49]

Найбільш інформативними діагностичними методиками оцінки рівня психофізіологічного розвитку підлітка можуть стати:

- апаратурні методи визначення властивостей нервової системи;
- опитувальник "анамнестичних схема показників властивостей нервової системи";
- опитувальник Айзенка (варіант для підлітків);
- опитувальник структури темпераменту В. М. Русалова (варіант для дітей і підлітків);
- опитувальник ЧХТ (риса характеру і темпераменту);
- теппинг – тест (визначення властивостей нервової системи по психомоторним показниками);
- опитувальник структури темпераменту Я. Стреляу;
- опитувальник САН (самопочуття – активність – настрої) [49].

Особливості розвитку пізнавальних здібностей підлітка часто є причиною труднощів у шкільному навчанні, таких як неуспішність, неадекватна поведінка. Успішність навчання багато в чому залежить від мотивації навчання, від того особистісного сенсу, яке має навчання для підлітка. Основна умова будь-якого навчання – наявність прагнення до придбання знань і зміни себе. Разом із тим у реальному шкільному житті доводиться стикатися з ситуацією, коли підліток не має потреби в навчанні й навіть активно протидіє йому. [49]

Сприйняття є надзвичайно важливим пізнавальним процесом, який тісно пов'язаний з пам'яттю: особливості сприйняття матеріалу обумовлюють і особливості його збереження.

Методики вивчення сприйняття: "Компаси" (сприйняття просторових ознак), "Годинник" (сприйняття просторових ознак), методика вивчення сприйняття часу. [49]

У підлітковому віці увага є довільною: може бути повністю організованою контрольованою підлітком. Індивідуальні коливання уваги

обумовлені індивідуально-психологічними особливостями (підвищеною збудливістю або стомлюваністю, зниженням уваги після перенесених соматичних захворювань, черепно-мозкових травм), а також зниженням інтересу до навчальної діяльності.

Методики вивчення уваги можуть бути такими: "Коректурна проба", червоно - чорні таблиці, методика Мюнстерберга, "Розстановка чисел", "Відшукування чисел", "Відшукування чисел з переключенням". [49]

До числа індивідуальних особливостей відносяться індивідуальні відмінності у функціонуванні пам'яті. Для успішного навчання підлітка способом раціонального запам'ятовування необхідно знати переважаючий тип пам'яті й індивідуальні особливості запам'ятовування.

Методики вивчення пам'яті – це метод опосередкованого запам'ятовування (по Л. С. Виготському), метод піктограм (по А. Р. Лурія), "Запам'ятовування цифр", "Запам'ятовування образів", метод попарного відтворення. [49]

Зв'язок пам'яті з розумовою діяльністю, інтелектуальними процесами в підлітковому віці набуває самостійного значення. У процесі розвитку підлітка зміст його розумової діяльності змінюється в напрямку переходу до мислення в поняттях, які більш поглиблено і всебічно відображають взаємозв'язки між явищами дійсності.

До методик вивчення мислення можемо віднести методику Векслера (дитячий варіант), ШТУР (шкільний тест розумового розвитку), "Складні асоціації", "Матриці Равена", "Аналіз відносини понять", "Виявлення загальних понять", "Кількісні відносини", "Інтелектуальну лабільність". [49]

Необхідно також знати особливості мовного розвитку підлітка. Методики вивчення мовного розвитку наступні: методика оцінки продуктивності вербального відтворення; тлумачення прислів'їв.

Методиками вивчення мотивації навчання можуть стати: методика вивчення мотивації навчання, мотивація схвалення – шкала Марлоу-Крауна, шкала локалізації контролю і ін. [49]

Змістом психічного розвитку підлітка є становлення самосвідомості, почуття дорослості, розвиток самостійності, формування нових мотивів і цінностей, активна інтеграція у соціальні відносини, а також інтенсивний когнітивний та емоційний розвиток. Усе це забезпечує перехід від дитячої залежності до дорослої самостійності та відповідальності.

Особливості фізичного розвитку можуть стати причиною відхилень у стані здоров'я, функціональних розладів та захворювань, особливо у періоди інтенсивної перебудови організму. Це призводить до зниження самооцінки й самоповаги, до страху негативної оцінки оточуючими. Реальні чи уявні недоліки зовнішності підлітка переживаються дуже болісно. Можуть привести до стійкого почуття неповноцінності, до повного неприйняття себе.

Для підлітків більш важливою й однією із основних у сприйнятті себе є думка ровесників. Напруженість і тривога виникає у стосунках із батьками й однолітками, якщо не знайдено спільних точок дотику. Бажання жити за своїми правилами, чинити за власним бажанням, а не за загальноприйнятими нормами, часто призводить до конфліктних ситуацій, як між дітьми та батьками, так і між ровесниками. Погана поведінка в школі і дома, упертість, агресивність, образливість і негативізм підлітків дуже часто є емоційною реакцією на невпевненість у собі.

У багатьох підлітків відзначаються акцентуації характеру – це надмірно виражені індивідуальні риси особистості, які в певних умовах можуть набувати патологічного характеру (невротичні розлади, делінквентну поведінку, алкоголізацію і наркоманізацію) та руйнувати цілісну структуру особистості. Вони розглядаються як крайні варіанти норми, що межують із психопатіями, але не є ними. Акцентуації характеру у підлітків – це поширене явище, яке зустрічається у 50–80% підлітків.

Вони не є патологією, але за несприятливих умов можуть ускладнювати адаптацію, сприяти конфліктам, агресії, формуванню шкідливих звичок. Вчасне розпізнавання та корекція акцентуацій, підтримка з боку сім'ї та педагогів допомагають уникнути негативних наслідків і сприяють гармонійному розвитку особистості.

До методик вивчення особливостей розвитку особистості й її властивостей можемо віднести: опитувальник Р. Б. Кеттелла, БАЛ (Брненським анкета особистості), характерологічний опитувальник К. Леонгарда, шкала оцінки тривожності Дж. Тейлора, шкала оцінки тривожності Ч. Спілбергера, шкала депресії, "Незакінчені речення", "Неіснуюча тварина", методика ДДЧ (будинок – дерево – людина), метод дослідження рівня суб'єктивного контролю, методика вивчення самооцінки (по Будассі, Дембо-Рубінштейн та ін.), методика вивчення рівня домагань, методика типового реагування на конфліктні ситуації (К. Томаса), методика Q – сортування. [49]

Методики вивчення властивостей мікрогрупового рівня: соціометрія, референтометрія, опитувальники товарищкості; методика діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі; репертуарні решітки Д. Келлі; ГОЛ (групова оцінка особистості). [49]

Отже, можемо зазначити, що підлітковий вік (його біологічні, психічні, особистісно-характерологічні особливості) передбачає конфлікти, кризи, труднощі адаптації до соціального середовища. Підліток, може отримати статус «важкого», якщо не зможе вчасно безпечно подолати новий етап становлення свого психологічного і соціального стану, якщо відхилився в своєму розвитку й поведінці від загальноприйнятих норм, якщо не зміг адаптуватися до нових вимог суспільства. Насамперед це стосується підлітків з асоціальною поведінкою. Показниками ризику є особливості розвитку характеру, фізична ослабленість, відсутність навичок комунікації, несприятливе соціальне оточення, емоційна незрілість.

У підлітків з'являються певні специфічні підліткові комплекси – поведінкові реакції, зокрема:

а) реакція емансипації – підліток намагається визволитися з-під опіки дорослих, протестує від проявів турботи дорослих і надмірного (як йому здається) контролю. Найвищий прояв вираження такої реакції – бродяжництво ;

б) реакція групування з однолітками виявляється в підвищеному інтересі до спілкування зі своїми ровесниками, відбувається процес вироблення групових норм і цінностей, що є популярними у певній спільноті, формується власна субкультура;

в) реакція захоплення (хобі), де відображаються віяння моди, формуються власні схильності й інтереси підлітка.

Труднощі у підлітка виникають у той період, коли необхідно свідомо віднестись до вибору професії, свого власного професійного самовизначення. Адже вибір професії – це багатоетапний непростий процес усвідомлення, вибору й прийняття рішення. При виборі професії виявляється ряд індивідуальних стилів пошуку рішень, що залежать від специфіки характеру кожної дитини, її індивідуальності: імпульсивні; урівноважені рішення; ризиковані; інертні рішення; рішення обережного типу. Коригування потребують імпульсивні й інертні рішення.

Практичний психолог, який спеціалізується на роботі з підлітками, зазвичай виконує низку важливих функцій. Він допомагає підліткам зрозуміти свої емоції при вирішенні конфліктних ситуацій, зберегти позитивні відносини зі своїми ровесниками та дорослими. Психолог може допомогти підліткам, працюючи над розвитком навичок комунікації, самоконтролю та допомагаючи у підборі індивідуальних, здорових стратегій подолання стресу. Важливою є сама постать психолога. Він має бути емпатичним, терплячим, повинен сприймати світ підлітків з їхньої точки зору. Це може допомогти підтримати підлітків у складних ситуаціях та сприяти їхньому розвитку та самовдосконаленню.

1.2. Визначення поняття «мотив», «мотивація» у психологічній науці

Під мотивацією у психології розуміють сукупність психологічних процесів, які впливають на поведінку людини. Мотиваційні процеси є основними в психічній діяльності людини, вони керують поведінкою людини в будь-якій діяльності, спрямовуючи її по життєвому шляху. Кожна людина прагне і робить все можливе для повного задоволення всіх своїх потреб. Якщо в житті людини виникає момент відсутності будь-яких бажань і потреб, то він дуже короткий і свідчить про порушення особистісного функціонування. Задовольняючи одну із потреб, людина на цьому не зупиняється, бо обов'язково з'являється інша. Людина завжди чогось хоче й мотивує себе на пошук тих засобів, що приведуть до здійснення цілей.

Мотиви виявляються:

1. У вчинках людини – через її дії, поведінку, вибір у різних ситуаціях.
2. У висловлюваннях – коли людина прямо чи опосередковано говорить про свої бажання, цілі, наміри.
3. У ставленні до інших – через те, як людина сприймає і реагує на інших людей, події, обставини.
4. У рішеннях – вибір певного шляху, способу дії або відмова від чогось також свідчить про мотиви.
5. У творчості – мотиви можуть проявлятися в художніх творах, музиці, літературі як теми, що хвилюють автора.

Людині властива певна ієрархія мотивів — від найбільш важливих загальних, що мають впливають на спрямування її діяльності (система цінностей, власна концепція життя), до ситуативних, що пов'язані із задоволенням певних потреб у кожній конкретній ситуації. Значення

мотивів різне: одні мають більше, інші менше значення. Можливі ситуації, коли людина опиняється у скрутній ситуації при зіткненні різних мотивів. Тоді від людини вимагають вольового рішення, вибору певного способу діяльності для досягнення мети.

Система мотивів, що визначає конкретні форми діяльності чи поведінки людини, називається мотивацією.

Мотивуючі фактори поділяються на три основні класи відповідно до проявів мотивів:

1. Потреби як основа активності – це внутрішні спонукання, які лежать в основі будь-якої діяльності людини. Потреби визначають загальний напрямок активності та є фундаментом для формування інших мотивів. Вони можуть бути як фізіологічними (наприклад, потреба у відпочинку чи їжі), так і соціальними чи духовними (наприклад, потреба у спілкуванні, самореалізації).

2. Предмет, об'єкт (матеріальний або ідеальний), що спонукає і визначає вибір спрямованості діяльності – це конкретні цілі, об'єкти чи ідеї, які стають безпосередньою причиною вибору певної діяльності. Наприклад, бажання досягти професійного успіху, отримати певну посаду, володіти матеріальними благами або здобути визнання в колективі.

3. Усвідомлена причина, яка лежить в основі вибору дій особистості – це мотиви, які вже пройшли етап внутрішнього прийняття людиною й стали її особистими переконаннями. Вони визначають, чому саме людина обирає певний спосіб дій для досягнення мети, враховуючи власну систему цінностей, переконань і життєвих орієнтацій

Основу мотиваційної сфери особистості становлять потреби – це стан живого організму, особистості, соціальної групи або суспільства, який виражає необхідність у чомусь, залежність від об'єктивних умов життєдіяльності і є рушійною силою активності. Вона проявляється як відчуття нестачі або браку, що спрямоване на задоволення певної необхідності. Потреба, керується складним психологічним процесом

спонукання, що психологічно проявляється у вигляді певного мотиву, що проявляється у поведінці людини. Потреба – це нестаток в чомусь конкретному, а мотив – аргументація певного рішення з метою вдовольнити чи не вдовольнити потребу в конкретному середовищі та ситуації.

Мотив – це потреба, що є усвідомленою і якщо задоволення цієї потреби, що багато разів проходить стадії мотивації, переходить у безпосередню дію. Різні потреби між собою можуть взаємодіяти по різному: як співіснувати, так і конфліктувати між собою. Наприклад, певну людину може цікавити професія, яка мало оплачується, інша професія навпаки добре оплачується, але не приносить морального задоволення, а з боку престижності взагалі розглядається третій варіант. Коли людина зважується на одну із них, то відбувається усвідомлення переваги потрібної потреби, задоволення якої є найважливішою для неї. Ця процедура включає у собі визначення та аналіз, наскільки ця потреба відповідає цілям та цінностям особистості. Акцентується увага на усвідомленні того, як дана потреба впливає на загальне відчуття задоволення та щастя кожного окремого індивіда. Процес рефлексії оцінює різні аспекти життя та визначає як вони взаємодіють з основною потребою. Аналіз ситуації сприяє глибокому розумінню себе, що є важливим для вибору шляхів самореалізації та задоволення найважливіших життєвих потреб.

Саме в результаті будь-якої дії є потреба, що проявляється як мотив і реалізується у багатьох різних формах: прагненнях і інтересах, стосунках і переконаннях. Саме ці мотиви й становлять внутрішню рушійну силу, що впливає на нашу поведінку та допомагає при виборі шляхів, що сприяють реалізації та задоволенню потреб. Інтереси – це каталізатор для опанування нового, прагнення до досягнення поставлених цілей, стимул для вдосконалення навичок. Переконання створюють наше світобачення, а стосунки з суспільством визначають напрямок дій людини у соціумі.

Отже, аналіз та розуміння мотивації діяльності допомагає якнайліпше розкрити психологічні механізми, що мають вплив на поведінку людини.

Під інтересами розуміють мотиви, що допомагають втілити пізнавальні потреби людини, виникає зацікавленість тоді, коли є певний емоційний рівень. До кількісних характеристик інтересів можна віднести їх широту, глибину і стійкість. Широта інтересів характеризується їх кількісною об'єктивністю, сферою дійсності, що мають постійне значення. Глибина інтересу вказує на рівень розуміння особистістю змісту предмета. Інколи глибина зацікавленості негативно співвідноситься з її широтою і тоді вважається, що людина має багате уявлення про все. Стійкість інтересів зберігається настільки довго, настільки це цікаво людині

Взагалі мотиви – це стійкі риси особистості, що визначають спрямованість на активну діяльність в певних ситуаціях. Коли ми говоримо, що людині притаманні пізнавальні мотиви, то маємо на увазі, що вона проявляє зацікавлення процесу діяльності в багатьох ситуаціях, має пізнавальну мотивацію.

Потяг характеризується низьким рівнем знань про результат, який має бути в кінці діяльності. Це певний емоційний порив, незадоволення ситуацією. Людина чимось незадоволена, але ще сама не знає чим саме, бо ще не розуміє, якими мають бути її дії, щоб досягти поставленої мети. Через це ніяка дія не спонукає людину до цілеспрямованої діяльності. Саме усвідомлені бажання призводять людину до добровільних дій, які спрямовані на досягнення важливих цілей.

Схильності – це мотиви, коли особисті потреби проявляються в результаті діяльності, що спеціально організована. Інколи, залежно від мети, рівня усвідомленості і змісту прагнення може приймати форму бажання. У період розвитку схильностей важливо враховувати індивідуальність кожної людини, саме вона визначає інтенсивність та стійкість мотивації. Відсутність чи наявність схильностей впливає на

задоволення та ефективність від участі в саме цьому виді діяльності, що і визначає ступінь наполегливості при досягненні мети. Коли людина розуміє рівень своїх можливостей і схильностей, то це сприяє глибокому впровадженню власних потреб в певний вид діяльності та допомагає ефективно керувати особистим розвитком та досягати поставлених завдань.

Фактором, що впливає на постановку людиною цілей, є рівень тих зусиль на який людина вважає себе здатною. Амбіції людини будуються на впевненості у собі. Питання ступеня амбітності щодо особистості вперше була порушена в психологічній школі Курта Левіна. Його методологія дослідження заключалася в тому, що суб'єкт, отримавши завдання, наприклад, ряд математичних задач із зростаючим рівнем складності, сам вибирає одне із завдань, що оцінюється, сам визначає свій рівень, досягнувши (або не досягнувши) певних результатів, він має повідомити, який рівень складності буде наступним у його виборі. Цей вибір ґрунтується на тому досвіді, який він отримав на попередньому рівні й дозволяє визначити рівень вимоги до особи.

Переконання – це основа соціальних мотивів, які втілюються в усвідомленні потреби особистості чинити відповідно до її внутрішніх поглядів, позицій, теоретичних положень. Основним в таких потребах є сукупність певних знань про суспільство, природу й людину, тобто власний погляд на світ. Структурно світогляд пов'язаний із прагненнями, установками та інтересами. Це залежить від особистого життєвого досвіду людини та її індивідуальних особливостей у сприйнятті нею дійсності.

Установка – це форма реагування на задоволення певної потреби, що виникає. Адаптація зображує стан індивіда, що виробляється в результаті взаємодії її потреб у певній ситуації щодо їх задоволення, забезпечує легкість, автоматизм і цілеспрямованість поведінки. Установка може бути як фундаментальним фактором, що впливає на активну

взаємодію особистості й того середовища існування в соціумі, де існує людина. Установки можуть мати позитивний характер (поведінка учня, що виконує усі завдання вчителя, активно засвоює нові знання і дотримується норм поведінки, це результат позитивного ставлення до вчителя) і негативний, упереджений характер (вони зумовлені ставленням вчителя до учнів, що мають проблеми з поведінкою). Це результат недостатньо обґрунтованих і поспішних висновків, що зроблені під впливом тих чи інших фактів особистого досвіду, певних стереотипів, що прийняті в певній соціальній групі.

Мотивація визначає будь-яку діяльність людини, вона впливає практично на всі сфери психічної та пізнавальної діяльності. Це стосується всіх когнітивних процесів: мислення, сприйняття, пам'яті та уяви.

Спостерігаючи, психологи дійшли висновку, що під впливом зміни мотивації, змінюється і мислення людини. Розглянемо приклад, досліджуваний вирішував завдання, він отримав «нейтральні» інструкції і дотримувався їх неухильно, а в іншому випадку – діяв самостійно і проявляв ознаки розумової обдарованості. Виявилося, що у другому випадку була впроваджена мотиваційна стимуляція, що і вплинуло на результативність, що зросла в 3,5 рази.

Зв'язок мотивації і пам'яті є одним із важливих аспектів у психології. Мотивація, яка характеризується потребами, бажаннями та цілями особистості, впливає на різні аспекти пам'яті.

Забування теж залежить від того значення, яке має та інформація, що забувається для особистості, наскільки вона є важливою. Не забувається та інформація, яка є важливою для людини й відіграє значну роль у її діяльності. Коли інформація є важливою, то людина має зацікавленість до матеріалу, це впливає на тривале його запам'ятовування. Важливо потрібна інформація забувається повільніше.

Емоції можуть виступати потужним джерелом мотивації. Наприклад, страх невдачі може стимулювати людину більше працювати, а радість від успіху – підтримувати її активність. Досягнення мети чи виконання завдання часто викликає позитивні емоції, тоді як перешкоди або невдачі можуть призводити до негативних. Емоції допомагають оцінити значущість мотиваційних цілей і коригувати поведінку відповідно до внутрішніх потреб і зовнішніх обставин. Студент готується до іспиту, він мотивований бажанням отримати хорошу оцінку (мотивація), при цьому відчуває тривогу і хвилювання (емоції), які можуть або стимулювати до кращої підготовки, або заважати. Спортсмен, який прагне перемоги, відчуває азарт і впевненість, що підсилюють його мотивацію тренуватися. Мотивація й емоції тісно переплетені і взаємодіють між собою, формуючи основу людської поведінки. Розуміння цього зв'язку допомагає краще керувати своїми діями, підвищувати продуктивність і покращувати емоційний стан.

Одночасно, деякі психологи розглядають мотив не тільки як спонукання. Визнаючи мотив як певну спонукальну силу, потреба, якщо не має внутрішнього мотиву, втрачає своє значення. Проте порівнювати мотив із самим спонуканням є необґрунтованим. Наприклад, потреба в безпеці (спонукання працювати, щоб мати стабільний дохід), прагнення до визнання (спонукання досягати успіхів, щоб отримати похвалу), інтерес до нових знань (спонукання вчитися, розвиватися).

Мотивація та воля в психології – це взаємопов'язані, але різні поняття, які разом визначають поведінку та діяльність людини. Мотивація – це внутрішнє спонукання до дії, яке викликає бажання досягти певної мети. Воля – це психічна функція, що полягає у свідомому управлінні своїми діями та психікою, особливо в ситуаціях, коли потрібно подолати внутрішні чи зовнішні перешкоди. Мотивація формує бажання і цілі, воля – це механізм їх реалізації через подолання перешкод. Воля і мотивація

взаємодіють: воля без мотивації не має напрямку, мотивація без волі не має сили для дії.

Спрямованість – це одна з ключових характеристик мотиваційного процесу. Спрямованість мотивації визначає, які саме дії людина вважає найбільш ефективними для досягнення мети. Вона розглядається як система мотивів, що домінують у тій чи іншій ситуації. Провідні мотиви підпорядковують собі всі інші й характеризують структуру всієї мотиваційної сфери людини. Виникнення ієрархічної структури мотивів є основною передумовою, що характеризує стійкість кожної особистості.

До структури спрямованості, що входять до усвідомлених мотивів поведінки можемо віднести: цілі, ідеали, переконання, інтереси особистості, стійка ієрархія. Вони дозволяють передбачити дії та вчинки особистості. Хоча на поведінку людини мають вплив не тільки свідомі, а й неусвідомлені мотиви. Саме їх співвідношення визначає поведінку людини в кожній новій ситуації. Людина часто діє всупереч сформованому наміру, під впливом прямого подразника, наприклад, сильного емоційного стану.

Мотив досягнення успіхів – це внутрішнє прагнення людини досягати поставлених цілей, долати труднощі і отримувати позитивні результати у своїй діяльності. Це одна з ключових рушійних сил, яка спонукає людину працювати над собою, розвиватися і не зупинятися на досягнутому. Людина ставить перед собою конкретні, чіткі цілі і не здається при перших невдачах, а шукає шляхи їх подолання. Постійне бажання розвивати свої навички і знання. Успіхи сприймаються як підтвердження власної компетентності.

Мотив досягнення успіхів – це прагнення особи досягнути успіхів у спілкуванні й діяльності. Мотив уникнення невдач – це відносно стійке прагнення людини уникнути невдач у життєвих ситуаціях, що пов'язані з оцінкою результатів іншими людьми її діяльності. Якість контролю – характеризується схильністю людини приписувати відповідальність за

результати своєї діяльності зовнішнім факторам і обставинам або власним зусиллям і здібностям. Схильність до зовнішнього контролю властива людям, що невпевнені у своїх здібностях, неврівноважені, несамотійні у прийнятті важливих рішень, дуже часто безвідповідальні. Люди з внутрішньою якістю контролю послідовні, наполегливі в досягненні мети, врівноважені, незалежні, впевнені в собі, схильні до критичного самоаналізу і самооцінки.

Самооцінка – це внутрішня оцінка людиною себе, своїх якостей, здібностей і місця серед інших. Вона формується з раннього дитинства і може змінюватися протягом життя під впливом досвіду та зовнішніх факторів. Адекватна самооцінка сприяє кращому емоційному стану, самоповазі, життєвій стійкості й балансу в житті. Вона є фундаментом для впевненості в собі, успішності в різних сферах і здатності ефективно досягати поставлених цілей. Самооцінка тісно пов'язана з почуттям самоцінності – емоційним переживанням власної цінності та гідності. Висока самоцінність підтримує позитивну самооцінку, а низька – навпаки. Для розвитку здорової самооцінки важливо працювати над самопізнанням, прийняттям себе, розвитком навичок і підтримкою з боку оточення. Таким чином, самооцінка – це ключовий психологічний механізм, який визначає ставлення людини до себе і впливає на якість її життя та взаємини з іншими.

У сучасних психологічних дослідженнях виділяють три основні типи спрямованості особистості: спрямованість на взаємодію (групова), спрямованість на завдання (ділова спрямованість) і спрямованість на себе (особиста спрямованість).

Спрямованість на взаємодію визначається домінуванням мотивів, які орієнтовані на інтереси колективу, організації або інших людей. Вчинки такої особистості спрямовані на підтримку спільних цілей і взаємодію з іншими. Людина зацікавлена у спільній діяльності та комунікації, отримує задоволення від взаємодії з іншими. Така особа часто поступається тиску

групи і не прагне брати на себе керівництво. Її внесок у виконання завдань може бути мінімальним, оскільки важливішим є сам процес спільної діяльності, а не кінцевий результат. В основі цієї спрямованості лежать мотиви підтримки добрих стосунків і соціальної взаємодії.

Спрямованість на завдання – це одна з ключових характеристик ефективної роботи, яка означає фокусування на досягненні конкретної мети або результату. Вона проявляється у здатності людини або команди концентрувати зусилля, планувати дії та послідовно виконувати завдання, не відволікаючись на другорядні речі.

Особистісна спрямованість – це сукупність стійких мотивів, цінностей, потреб, інтересів і ідеалів, які визначають основні орієнтири особистості, її прагнення та ставлення до світу. Вона відповідає на питання, чого людина хоче і до чого прагне, формує її систему поведінки, цінностей і світогляду. Людина з такою спрямованістю зосереджена на собі, своїх почуттях і переживаннях, часто ігнорує потреби оточуючих.

Діяльність кожної людини має соціальний характер, тобто прояв людської активності, яка має соціальну спрямованість і відбувається у взаємодії з суспільством. Діяльність завжди є свідомою, цілеспрямованою і включає постановку мети, мотивацію, вибір засобів для її досягнення, а також реалізацію задуманного. Види соціальної діяльності включають трудову, творчу, споживацьку, освітню, рекреаційну. Всі вони мають спільні риси: цілеспрямованість, свідомий характер і спрямованість на зміну або перетворення елементів навколишнього світу та самого себе.

Саме діяльність породила людину, відокремила її від природного середовища. У діяльності проявляється і розвивається свідомість і психіка людини. Через дію людина стає частиною історичної епохи в якій живе та цивілізації, культури.

Поняття «мотив» і «мотивація» допомагають розкрити причини та механізми поведінки людини, а також те, що спонукає її до дії. Мотив відповідає на питання, що саме спонукає людину діяти, а мотивація – це

процес, що організовує і підтримує цю діяльність для досягнення мети. Розуміння цих понять допомагає краще пояснити поведінку людини, її активність і спрямованість у різних сферах життя.

1.3 Специфіка і шляхи формування мотивації у підлітків у процесі навчання

Проблема мотивації підлітків до навчання сьогодні надзвичайно актуальна. Учителі та батьки б'ють на сполох, звертаються до психологів зі скаргами на те, що підлітки не бажають вчитися. Вони не зацікавлені вчитися, інститут освіти втрачає свою пріоритетність, спостерігається відсутність потреби в отриманні знань та байдуже ставлення до загальної життєвої ситуації. Часто це пояснюється зміною основного виду діяльності. Провідним заняттям у житті підлітка стає спілкування з однолітками, а навчання відходить на другорядну позицію. Відповідно, як результат, зниження успішності в школі.

Важливо зазначити, що ситуація не завжди є такою однозначною. Крім учнів, які не хочуть навчатися, втрачаючи інтерес до навчання, є велика група здобувачів освіти, які, навпаки, починають приділяти більше уваги навчанню, відповідально до нього ставитися, з'являється вибірковий інтерес до шкільних предметів. Тому, розглядаючи це питання, варто зазначити не лише про зниження мотивації, а й про ті зміни, що впливають на мотиваційну сферу підлітків.

Мотивація навчальної діяльності – це сукупність процесів, методів і засобів, що спонукають учнів до активного пізнання, засвоєння знань і продуктивної навчальної діяльності. Вона є ключовим фактором успіху у навчанні, оскільки визначає бажання і прагнення учня вчитися.

Формування мотивів навчання – це процес становлення цілей, які спонукають людину до навчання і розвитку. Мотивація поділяється на внутрішню (особистісні цілі, інтерес до предмету) та зовнішню (отримання нагороди або визнання). Для формування мотивів навчання важливо зрозуміти, що саме мотивує людину й підтримувати ці мотиви для досягнення успіху.

Серйозні зміни в мотиваційній сфері підлітків відбуваються під час переходу з початкової ланки до середньої. Мотив обов'язку і відповідальності втрачають свою актуальність, поступаючись іншим соціальним мотивам, які ще є недостатньо усвідомленими.

Оскільки у дітей підліткового віку ще слабо сформоване розуміння необхідності навчання для майбутнього успіху в професійній діяльності, то мотив самовизначення, самореалізації не відіграє потрібної ролі в мотивації школярів. Вони розуміють, що навчання потрібне, але це ще не є усвідомленою потребою, мотивацією діяльності.

Саме через це мотивацію до навчання постійно необхідно посилювати ззовні у вигляді певних заохочень, оцінок, покарань тощо. Однією із найважливіших потреб у молоді є необхідність, бажання у самоствердженні, у прагненні знайти своє місце в колективі. Саме необхідність у визнанні ровесниками може стати причиною відмови від навчання або ж важливим стимулом. Коли учень розуміє, що з хорошими знаннями вдається досягти високого статусу в житті, тоді він здатний наполегливо прагнути долати труднощі, виявляти серйозний інтерес до навчання. Однією із найпоширеніших причин поганої поведінки у підлітковому віці є бажання зайняти своє місце в групі однолітків, але підліток не знає або не вміє як правильно це зробити. Дуже часто низька успішність і погана поведінка – це єдина можливість для учня звернути на себе увагу, довести усім, що ніхто не в змозі щось змінити і виправити.

Саме невміння зайняти відповідну позицію, своє місце в колективі серед однолітків і зумовлює прагнення учнів отримати хороші оцінки

незалежно від ситуації, для них не є важливими знання, що часто призводить до конфліктів з учителями. Спостерігаються ознаки фетишизації: дисгармонії, алогічності, аритмії, хаосу, пустопорожнього формалістичного трюкацтва. Велике значення при цьому має для підлітка позиція хорошого учня, саме вона визначає його соціальний статус у класі.

Цей фактор, коли учень прагне до високої оцінки своїх результатів навіть з тих предметів і тем, де йому не вистачає реальних знань, вказує на те, що соціальний статус та самооцінка є дуже важливими для нього. Відповідати правильно стає не тільки учня не лише показником розуму та знань, але й засобом отримання уваги, знаходження свого місця, підтримки оточення.

Відсутність навчально-пізнавальної мотивації є однією з причин відсутності інтересу до навчання. Якщо учні 10-11 класу уже розуміють, що є важливим у майбутньому житті, то підлітків ще не цікавить майбутнє. Для них в пріоритеті є поняття чи це мені це цікаво і чи хочу я це робити, чи захоплює мене ця діяльність. Ця потреба доволі часто не задовольняється ні організацією навчальної діяльності, ні змістом, тому підлітки вважають навчання не потрібним, нудним і даремним.

Це питання необхідно вирішувати комплексно, враховуючи індивідуальність кожного учня та сприяючи створенню цікавого та стимулюючого навчального середовища. Це включає в себе розробку та розвиток різноманітних стратегій викладання, методик, підходів, що враховують рівень здібностей кожного учня його індивідуальні зацікавлення, різні стилі навчання. Важливо активно впроваджувати різноманітні інтерактивні методи та практично розвивати здібності та можливості, залучаючи усіх без винятку учнів до навчального процесу.

Варто зазначити, що школярі, з розвиненою пізнавальною мотивацією до навчальної діяльності мають добру успішність у навчальному закладі. Навіть опинившись у несприятливих умовах, підлітки зберігають сталий інтерес до навчання. Вони усвідомлюють

значення навчання, мають високий рівень досягнень та високу мотивацію на досягнення успіху у майбутньому. Однак середня успішність у школі не завжди є результатом високого рівня розвитку пізнавальної мотивації. Хорошу освіту й гарне майбутнє може забезпечити мотив престижу.

Важливу роль у формуванні мотивації до навчання відіграє характер стосунків між учителем і учнями. Позитивне ставлення до вчителя сприяє формуванню інтересу до предмета, що викладається. В. Л. Грабал у своєму дослідженні наголошує на тому, що спосіб спілкування вчителя та учня має значний вплив на якість мотивації навчальної діяльності. Автор виділяє два типи вчителів:

- педагоги, які використовують в оцінюванні переважно групову норму, оцінюють діяльність учнів у вузькому часовому інтервалі. Вони розглядають досягнення учнів у порівнянні з існуючим рівнем досягнень класу. При такому ставленні потреба уникати невдач актуалізується у слабких учнів, а зовсім не у сильніших;

- вчителі, які використовують індивідуальні нормативи при оцінюванні учнів. Досягнення учнів враховуються в порівнянні з їхніми попередніми досягненнями. При цьому зменшується страх невдачі, боязнь опитування, у слабших учнів з'являється віра у власні сили, свій успіх [1].

Поведінка вчителя перетворюється на важливий мотиваційний фактор (позитивний чи негативний), якщо вона не змінюється впродовж тривалого терміну, а учень принципово погоджується з поведінкою вчителя. Вона впливає не тільки на успіхи підлітка сьогодні, а й на розвиток мотивації, на ті успіхи, які учень може досягнути в майбутньому.

Учні середнього шкільного віку небагатослівні. У багатьох із них виробляється звичка зберігати цілі своїх дій і підпорядковувати їм свою поведінку впродовж тривалого часу. Вони наполегливі на шляху до досягнення поставленої мети та подоланні перешкод та труднощів на шляху. Коли відбувається розвиток основних інтересів підлітка, то це надає сенсу будь-якій його поведінці. До завершення періоду, який зветься

підлітковим віком у школярів розвивається здатність ставити багатообіцяючі цілі, які матимуть вплив на їхнє майбутнє. Учень вважає своє навчання безперспективним, якщо не розуміє навіщо він вивчає той чи інший предмет, не бачить, де він може застосувати на практиці знання, що вивчаються.

Формування мотивації до навчання у підлітків – це складний процес, що залежить від психологічних, особистісних та соціальних факторів. У цей період зростає потреба у самостійності, відбувається активний розвиток самосвідомості, а авторитет дорослих може знижуватися. Саме тому важливо розуміти специфіку мотивації підлітків та ефективні шляхи її формування.

До специфіки мотивації підлітків належить підвищена потреба в самостійності. Учні прагнуть самостійно приймати рішення, мотивація до навчання зростає, коли вони можуть самостійно обирати предмети для поглибленого вивчення чи методи навчання. Важливим є питання соціального схвалення. Вплив однолітків є дуже сильним, тому навчання може мотивуватися бажанням відповідати груповим нормам або досягати успіху в конкурентному середовищі.

У цей період відбувається активне зниження авторитету дорослих. На відміну від дітей молодшого віку, підлітки менш схильні беззаперечно виконувати вимоги вчителів та батьків. Їм потрібно розуміти "навіщо" вчитися, а не просто виконувати завдання. Відбувається формування особистісних інтересів. У період підліткового дозрівання проявляються індивідуальні інтереси, що мають вплив на процес навчання (наприклад, схильність до точних чи гуманітарних наук). Емоційна нестабільність виходить на перший план. Настрій підлітків швидко змінюється, що теж має велике значення на мотивування.

Серед найпоширеніших шляхів формування мотивації можна виділити такі:

1. Створення внутрішньої мотивації. Допомогати підлітку усвідомити особисту користь від навчання (наприклад, зв'язок із майбутньою професією або хобі). Показувати реальні приклади успішних людей, які досягли мети завдяки знанням.
2. Використання зовнішньої мотивації – це і похвала, і матеріальне чи нематеріальне заохочення; конкуренція (наприклад, участь у конкурсах, олімпіадах); визначення чітких цілей та нагород за їх досягнення.
3. Інтерактивні методи навчання допомагають мотивувати. До них можемо віднести використання ігор, цікавих експериментів, проєктної діяльності; інтеграція сучасних технологій (мобільні додатки, відеоуроки, інтерактивні платформи).
4. Створення комфортного навчального середовища, зокрема підтримка дружніх стосунків у класі, зменшення страху перед помилками, акцент на прогресі, а не лише на оцінках.
5. Надання підлітку вибору, дозволяти обирати теми для проєктів чи методи навчання; залучати до прийняття рішень щодо навчального процесу (наприклад, обговорення формату контрольних робіт).
6. Співпраця з батьками є необхідною ланкою у мотиваційній діяльності підлітків. Дорослим необхідно пояснювати, як важливо підтримувати власну дитину в навчанні. Саме батьки мають формувати позитивне ставлення до освіти в сім'ї.

Мотивація підлітків формується через поєднання внутрішніх інтересів, підтримки оточення та використання ефективних навчальних методів. Щоб підліток прагнув навчатися, йому потрібно бачити сенс у знаннях, мати можливість самовираження та отримувати позитивний зворотний зв'язок.

Підлітковий вік – це період швидкого фізичного, когнітивного та емоційного розвитку, і в цей час мотивація досягнень відіграє важливу роль у формуванні особистості. Саме у підлітковому віці найсприятливіший період для розвитку мотивації, досягнення успіхів у

навчальній, ігровій та трудовій діяльності учнів. Надалі цей мотив стає доволі стійким, він домінує над мотивом уникнення невдачі, прискорюючи розвиток різноманітних здібностей підлітка. Люди з високою мотивацією досягнення успіху відзначаються стійкістю у досягненні мети, вони не задовольняються легкими завданнями і прагнуть до складних, які приносять відчуття радості від успіху. Впевненість допомагає приймати виклики та долати труднощі, що підтримує мотивацію на високому рівні. Самодисципліна і сила волі дозволяють контролювати свої дії, дотримуватися режиму та плану, а також приймати рішення незалежно від зовнішніх обставин. Підтримка позитивної самооцінки, відмова від самокритики і фокус на власних досягненнях допомагають зберігати мотивацію. Мотивовані особистості не бояться складних завдань і не сприймають невдачі як особистий провал, що сприяє їх наполегливості.

Висновки до розділу 1

У результаті проведеного теоретичного аналізу з проблеми психологічних особливостей дітей підліткового віку, нам вдалося визначити основні новоутворення, що належать до цього періоду розвитку. Це формування самоідентифікації, бурхливий психофізіологічний розвиток, перебудова соціальної активності та власних навичок, пошук власного стилю та індивідуальності, а також встановлення здорових звичок і цінностей. Підлітковий вік багатий драматичними переживаннями, труднощами й кризами. У цей період складаються й оформлюються стійкі форми поведінки, риси вдачі, способи емоційного реагування, це пора досягнень, стрімкого нарощування знань, умінь, становлення власного «Я», отримання нової соціальної позиції. Разом з тим це вік втрати

дитячого світовідчуття, поява відчуття тривожності і психологічного дискомфорту, період дослідження світу дорослих стосунків та взаємин, встановлення власних цілей і бажань, розвиток своїх інтересів та хобі.

Робота практичного психолога займає важливе місце в роботі з підлітками. Він допомагає їм зрозуміти свої емоції, вирішити конфлікти, зберегти позитивні відносини зі своїми ровесниками та дорослими. Психологи можуть використовувати різні терапевтичні методи, такі як когнітивно-поведінкова терапія, розмовна та ігрова терапія для вирішення таких проблем, як тривога, депресія поведінкові проблеми та самооцінка. Крім того психологи можуть працювати з батьками та вчителями, щоб надати підліткам комплексну підтримку. Психолог може працювати з підлітками над розвитком навичок комунікації, самоконтролю та здорових стратегій подолання стресу. Важливо, щоб практичний психолог був емпатичним, терплячим та мав здатність сприймати світ підлітків з їхньої точки зору. Це може допомогти підтримати підлітків у складних ситуаціях та сприяти їхньому розвитку та самовдосконаленню.

Поняття «мотив» та «мотивація» допомагають розкрити причини та внутрішні механізми, що визначають та направляють людську поведінку, сприяючи глибокому розумінню психічних процесів та механізмів взаємодії з оточуючим світом.

Підлітковий вік є періодом інтенсивного фізичного, емоційного та когнітивного розвитку, і в цей час мотивація досягнень відіграє ключову роль у формуванні особистості. Саме цей вік є сприятливим для розвитку мотивації, досягнення успіхів у навчальній, трудовій та ігровій діяльності дітей. Надалі цей мотив стає досить стійким, домінує над мотивом уникнення невдачі, прискорює розвиток різноманітних здібностей підлітка. На мотивацію успіху впливають такі особистісні якості, як самооцінка, рівень домагань тощо. На ступінь домагань підлітка також впливає визнання його здібностей близькими людьми та ним самим. Адекватна самооцінка та ступінь домагань дозволяють ставити перед

собою завдання та брати на себе обов'язки, які відповідають його особистим можливостям. і здібності з точки зору складності. Усвідомлення молодою людиною своїх здібностей та можливостей і на основі цього віра у власні сили посилює її мотивацію до досягнення успіху. Важливим чинником діяльності є реальний ступінь впливу власної діяльності на події як минулого так і майбутнього.

РОЗДІЛ 2

ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХІЧНИХ ПРОЦЕСІВ У ДІТЕЙ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ

2.1. Оцінка відносин підлітка з класом та діагностика здатності до навчання

Міжособистісне сприйняття в групі – це складний і динамічний процес, що залежить від особистісних, соціальних, культурних і ситуаційних факторів. Найбільш дослідженими з них є: соціальні установки, минулий досвід, особливості самосприйняття, характер міжособистісних відносин, ступінь інформованості один про одного, ситуаційний контекст, у якому протікає процес міжособистісного сприймання, і т.д. На міжособистісне сприйняття як одного з основних факторів можуть впливати не тільки міжособистісні відносини, але і ставлення індивіда в групі.

Сприйняття підлітком групи має свої особливості, пов'язані з психологічними потребами та соціальним становленням особистості в цьому віці. Підліток прагне відчувати себе дорослим, бути визнаним як самостійна і значуща особистість. Важливою є потреба у спілкуванні з однолітками, самостійності, відокремлення від дорослих та визнанні своїх прав. Група однолітків виступає як середовище, де підліток вчиться співвідносити свої інтереси з інтересами інших, брати на себе колективну відповідальність, а також відстоювати власні погляди і права. Відносини в групі будуються на рівних, а статус у ній потрібно заслужити. Високий рівень соціальних взаємодій у групі позитивно впливає на розвиток

особистості підлітка, сприяє довірі, підтримці і формуванню стійких міжособистісних зв'язків.

Сприйняття підлітком групи є своєрідним фоном, на якому протікає міжособистісне сприйняття. У зв'язку з цим дослідження сприйняття індивідом групи є важливим моментом у дослідженні міжособистісного сприйняття. Якщо виникають проблеми у відносинах підлітка з класом, варто звернутися до педагогічного психолога або класного керівника для отримання підтримки та порад.

При дослідженні оцінки відносин підлітка з класом був використаний тест «Сприйняття групи індивідом» [Дод. А]. Запропонована методика дозволяє виявити три можливих типи сприйняття підлітком групи (індивідуальний, прагматичний та колективний), при цьому в якості показника типу сприйняття виступає роль групи в індивідуальній діяльності учня.

Методика дослідження була проведена для учнів 7 класу однієї із шкіл Київщини. У дослідженні брали участь 36 підлітків віком 12-13 років. Учні отримали анкету, яка складається з 14 пунктів-суджень, що містять три альтернативні варіанти відповіді. У кожному пункті альтернативи розташовані у випадковому порядку. Кожна альтернатива відповідає певному типу сприйняття індивідом групи. По кожному пункту анкети випробовувані повинні вибрати ту альтернативу, яка їм найбільше підходить, відповідно до запропонованої інструкції.

Після проведення анкетування, на підставі відповідей випробовуваних, були виявлені такі результати: 18 учнів (50% від кількості досліджуваних) обрали колективний тип сприйняття групи індивідом. Підліток сприймає групу як самостійну цінність. На перший план для нього виступають проблеми групи та окремих її учасників; спостерігається зацікавленість як в успіхах кожного члена групи, так і групи в цілому, прагнення внести свій внесок у групову діяльність. Виявляється потреба в колективних формах роботи.

10 підлітків (це 28% від кількості досліджуваних) обрали індивідуальний тип сприйняття групи індивідом. Підліток сприймає групу як перешкоду своєї діяльності або ставиться до неї нейтрально. Група не представляє собою самостійної цінності для індивіда, що проявляється в ухиленні від спільних форм діяльності, переважає індивідуальна робота, обмеження контактів.

5 підлітків (15% досліджуваних) набрали однакову кількість балів для обох типів, що не дало можливість виявити, який саме переважає конкретно для них. Я б назвала цей тип проміжним, індивідуально-колективним. Підлітки не беруть на себе відповідальності, а підлаштовуються під більшість у групі.

Для 3 учнів (8% досліджуваних) переважаючим став прагматичний тип. Підліток сприймає групу як засіб, що сприяє досягненню тих чи інших індивідуальних цілей, при цьому група сприймається і оцінюється з точки зору її корисності для індивіда. Перевага віддається більш компетентним членам групи, здатним надати допомогу, взяти на себе вирішення складної проблеми чи послужити джерелом необхідної інформації.

Результати дослідження можемо порівняти, розглянувши рис. 2.1.1



Рис. 2.1.1 Результати оцінки групи індивідом

Отже, можемо зробити висновок, що для підлітків колектив має велике значення, оскільки він є ключовим середовищем, в якому формується особистість молодої людини. У колективі підлітки набувають важливі соціальні навички – спілкування, взаємодопомогу, вміння враховувати потреби інших, ділитися, розв'язувати конфлікти. Він сприяє формуванню почуття солідарності, колективізму, готовності діяти на користь групи та суспільства. Взаємодія з ровесниками стимулює обмін знаннями, думками, розвиток критичного і творчого мислення, а також умінь працювати в команді. Колектив допомагає підліткам розуміти і виражати свої емоції, розвивати емпатію, підтримує позитивний психологічний стан через дружбу і спілкування. Взаємини у колективі формують у підлітка уявлення про справедливість, чесність, відповідальність, повагу до інших, співпрацю і допомогу. Підтримка і визнання в колективі підвищують впевненість підлітка, а ігнорування чи відторгнення можуть викликати апатію чи відчай.

Однією з найактуальніших проблем, що постають перед психологічною службою останні роки, є зниження навчальної успішності учнів середньої ланки. З одного боку, це можна пояснити віковими особливостями (зокрема, гормональною перебудовою, зміну провідного виду діяльності). З другого боку, на успішність учнів впливають соціальні причини (негативний вплив інформаційного простору, знецінення ролі шкільної освіти та ін.).

Для комплексної оцінки розвитку підлітків, здатності їх до навчання використовують спостереження, експериментальні методики, аналіз результатів діяльності та проєктивні методи, що дозволяють виявити індивідуальні особливості пізнавальних процесів (мислення, пам'ять, увага тощо). Додатково, можна використовувати спеціальні програми та інструменти для оцінки рівня здібностей учнів. Це допомагає вчителям та батькам краще розуміти потреби кожного підлітка й підібрати оптимальний шлях для його навчання.

З метою діагностування здатності підлітків до навчання, була проведена методика «Інтелектуальної лабільності» [Дод. Б]. Вона використовується з метою дослідження здатності людини швидко переключати увагу, переходити від розв'язання одних завдань до інших без помилок, а також оцінки якості роботи в умовах багатозадачності та концентрації уваги. Вона допомагає визначити рівень психофізіологічної рухливості нервової системи, що впливає на швидкість і якість виконання інтелектуальних завдань

У дослідженні взяли участь 36 підлітків віком 12-13 років, серед яких хлопчиків 12, а дівчаток 24. Протягом обмеженого проміжку часу (3-4 секунди) обстежувані повинні були виконати нескладні завдання на спеціальному бланку, які були зачитані фахівцем. Бланк являє собою розграфлений на 25 пронумерованих квадратів лист. Кожне завдання має заданий квадрат і має виконуватися саме в ньому. Методика може застосовуватися як фронтально, так і індивідуально.

При проведенні дослідження від експериментатора потрібно чітко проголошення завдання і номера квадрата, оскільки номери завдань і квадратів на бланку не збігаються.

Досліджуючи підсумки діагностування, маємо такі результати:

- 13 учнів допустили від 0 до 2 помилок (це склало 36% від усіх досліджених) – це свідчить про високу лабільність та хорошу здатність до навчання;
- 10 підлітків допустили 3-4 помилки (28% досліджених) – середня лабільність і здатність до навчання;
- 6 досліджуваних допустили від 5 до 7 помилок (17% досліджуваних) – низька здатність до навчання, мають труднощі у засвоєнні матеріалу;
- 7 учнів допустили більше 8 помилок (19% від усіх досліджених) – низька успішність у будь-якій, у тому числі навчальній, діяльності.

Відсоткове співвідношення можемо співставити, розглянувши рис. 2.1.2



Рис. 2.1.2 Відсоткове співвідношення результатів проведення методики «Інтелектуальної лабільності»

Як бачимо, методика не вимагає багато часу для проведення дослідження та обробки результатів, разом з тим має високий рівень інформативності та точності в прогнозуванні успішності в навчанні.

Підсумовуючи, можемо зазначити, що інтелектуальна лабільність підлітків може залежати від різних факторів, таких як індивідуальні особливості кожної людини, рівень мотивації, психологічний стан, рівень інтелекту та розвитку мозку, генетика, підтримка від батьків, учителів та інших дорослих, які їх оточують. Важливим є середовище, в якому зростають підлітки, рівень стимуляції та навчання, які вони отримують, а також взаємодія з різними видами інформації та досвідом. Важливо враховувати індивідуальні потреби та інтереси підлітків, їхній стиль навчання та способи взаємодії з інформацією.

2.2. Вивчення мотивації пізнавальної спрямованості підлітка

Вивчення мотивації пізнавальної спрямованості підлітка включає аналіз його здатності до сприйняття, обробки та розуміння інформації, а також розвиток когнітивних процесів, таких як увага, пам'ять, мислення та розв'язання проблем. Дослідження можуть включати вивчення інтересів та мотивації підлітка, його здатності до саморегуляції та самоконтролю, а також взаємодії з іншими людьми та оточенням. Важливо також враховувати розвиток соціальних навичок та вмінь спілкування, які можуть впливати на пізнавальну активність підлітка.

У сучасній школі питання мотивації навчання без перебільшення може бути назване центральним, оскільки мотив є джерелом діяльності і виконує функцію спонукання до діяльності.

У загальному розумінні мотивація – це сукупність рушійних сил, що спонукають людину до виконання визначених дій; процес свідомого вибору нею певних дій, зумовлених комплексним впливом зовнішніх і внутрішніх факторів.

Як зазначає Туріщева Л.В. у своїй роботі «Формування мотивації навчання», що мотивацію, яка спонукає до навчальної діяльності, поділяють на зовнішню та внутрішню. Зовнішня виявляється тоді, коли учень мотивований зовні, наприклад, вчителем або батьками, він бере участь у навчальному процесі заради похвали, визнання або, щоб уникнути покарання. При зовнішній мотивації дитина мало зацікавлена в саморозвитку й працює на короткотривалу перспективу. Тобто заради того, щоб заслужити схвалення, не отримати низький бал, а не задля власного розвитку та удосконалення. Як наслідок, такі учні вважають причиною своїх невдач і неуспішності зовнішні сили і відчують, що не можуть впливати на ситуацію, що склалася. Свою невдачу вони сприймають як постійну й закономірну, а не як одноразову помилку. Такі

діти потребують постійного заохочення. Якщо ж їх не хвалять, то в них виникає переконаність у відсутності в них здібностей. [23, с.16].

При внутрішній мотивації учні мають працювати заради цілей, які вони самі для себе визначили, а не тих, які нав'язали їм інші. За таких умов розвивається глибинний інтерес до предмету. При наявності внутрішньої мотивації задіяні такі внутрішні фактори особистості, як потреби, інтерес, допитливість, задоволення. Учень навчається не заради зовнішньої винагороди. Вони отримують внутрішню винагороду за рахунок підвищення почуття власної гідності, самооцінки, задоволення від того, що досягли мети. Такі учні мало звертають увагу на оцінки чи заохочення вчителя, а працюють охоче завдяки внутрішньому інтересу, бажанню досягнути поставленої мети. Внутрішньо мотивовані учні невдачу пояснюється тим, що недостатньо опрацювали матеріал, тобто приймають відповідальність за свої невдачі на себе самих.

На відміну від зовнішньої, внутрішня мотивація полягає в тому, що тенденція до продовження навчальної діяльності триває досить довго. Така мотивація сприяє одержанню задоволення від роботи, викликає інтерес, радісне збудження, підвищує самоповагу особистості. Учні з такою мотивацією надають перевагу ускладненим завданням, що полегшує виконання дій, які вимагають евристичного підходу. Для такої мотивації характерним є більш високий рівень засвоєння теоретичного матеріалу, вона більш успішно впливає на пізнавальні процеси та поведінку особистості, сприяє формуванню творчого мислення [23, с.16].

Мета емпіричного дослідження полягала у тому, щоб визначити рівень мотивації до навчання в підлітковому віці за допомогою адекватного діагностичного інструментарію. Основними методичними прийомами були: спостереження, тестування, бесіда. У психодіагностичному дослідженні нами використані наступні методики:

– Методика «Спрямованість на придбання знань», яка вивчає спрямованість дитини на отримання знань [Дод. В].

– Методика «Спрямованість на оцінку», яка вивчає те, на що спрямовує своє навчання дитина: на оцінку чи на знання [Дод. Д].

Ці дві методики – «Спрямованість на придбання знань» та «Спрямованість на оцінку» визначають, для чого вчиться дитина: задля знань, чи для оцінки. Вибірка складалася із 36 учнів двох сьомих класів однієї із шкіл Київщини, серед яких хлопчиків 12, а дівчаток – 24. Тестування проводилося груповим методом у два етапи, відповідно до кількості обраних методик.

Якісний аналіз полягає у теоретичному описі отриманих результатів. Результати методики «Спрямованість на придбання знань» показують що у 13 учнів (36% від усіх досліджених) високий рівень спрямованості на набуття знань. Тобто це діти, які досить чітко розуміють суть свого навчання у школі, які знають що таке навчання й усвідомлюють його значення у своєму житті. Такий рівень свідчить про те, що сам процес учіння для підлітків є пізнанням чогось нового, цікавого, вони ретельно та старанно готують уроки, аналізують власні знання та відповіді після отримання низької оцінки. У 17 учнів (47 %) – це учні у яких середній рівень спрямованості на набуття знань. Це діти з частковою усвідомленістю суті та важливості навчання, для них навчання не є лише пізнанням чогось нового, але для них – це і обтяжливе завдання. У 6 підлітків (17%) виявлено низький рівень спрямованості на придбання знань. Отримавши погану оцінку, такі діти не завжди починають вчитися, щоб виправити її, інколи їхнє бажання вчитися може залежати від того чи будуть за це виставлятися оцінки. Для них буває важливішою оцінка, ніж отримані знання.

Результати дослідження мотивації до навчальної діяльності за методикою «Спрямованість на набуття знань» можна побачити, розглянувши рис. 2.2.1

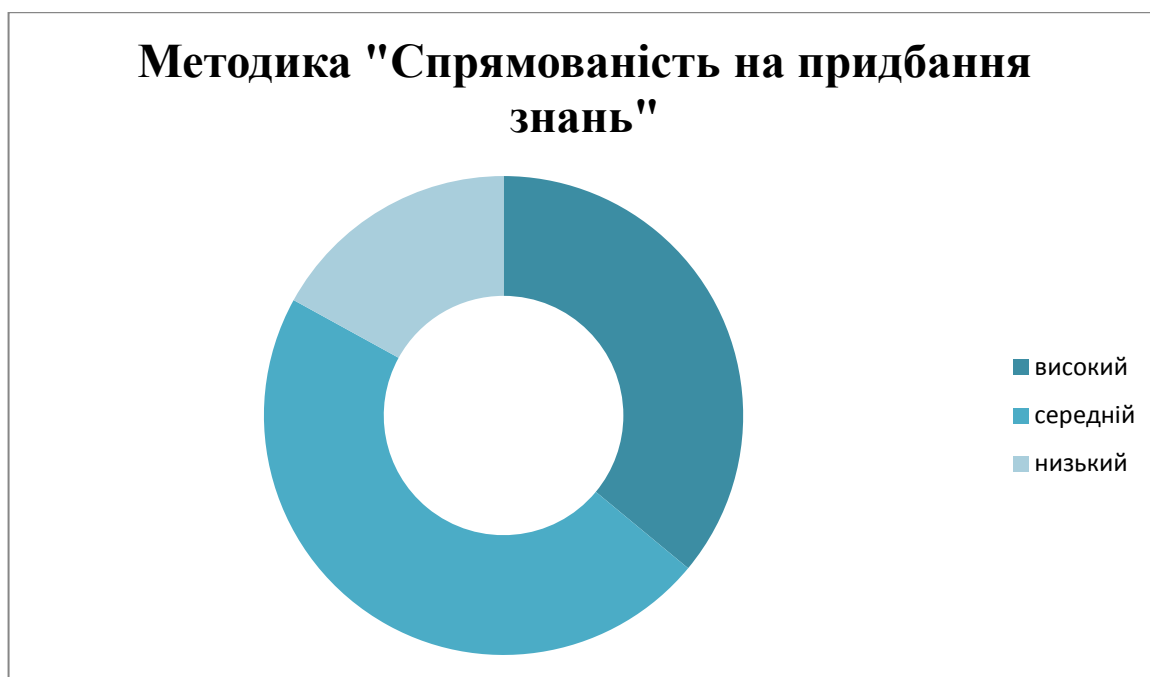


Рис. 2.2.1 Результати дослідження мотивації до навчальної діяльності за методикою «Спрямованість на набуття знань»

Методика «Спрямованість на оцінку» показала такі результати: у 8 учнів (22% досліджуваних) – високий рівень спрямованості на оцінку, тобто йде орієнтація не на отримання знань, а на отримання позитивної оцінки. Така мотивація для підлітка є досить негативною, тому що оцінка не замінить знань, які будуть потрібні у майбутньому для самореалізації в житті. У 15 учнів (42% досліджуваних) виявлено середній рівень спрямованості, який також має негативний вплив на навчання учнів. Таким дітям не завжди зрозуміло що результатом навчання повинні бути знання, а не оцінка, вони часто можуть зациклюватися на негативних оцінках, важко переживати через них, якщо оцінку отримано на початку уроку, такі діти перестають працювати в подальшому протягом уроку. У 13 учнів (36% досліджуваних), низький рівень спрямованості на оцінку. Такі учні реально оцінюють свої знання, усвідомлюють їх, адекватно реагують на поставлені їм оцінки, не зациклюються на них, розуміють що кінцевим результатом є знання, а не отримана оцінка, яка нічим не допоможе їм у житті на відміну від знань, які вони набувають у школі.

Результати дослідження мотивації до навчальної діяльності за методикою «Спрямованість на оцінку» можна побачити, розглянувши рис. 2.2.2

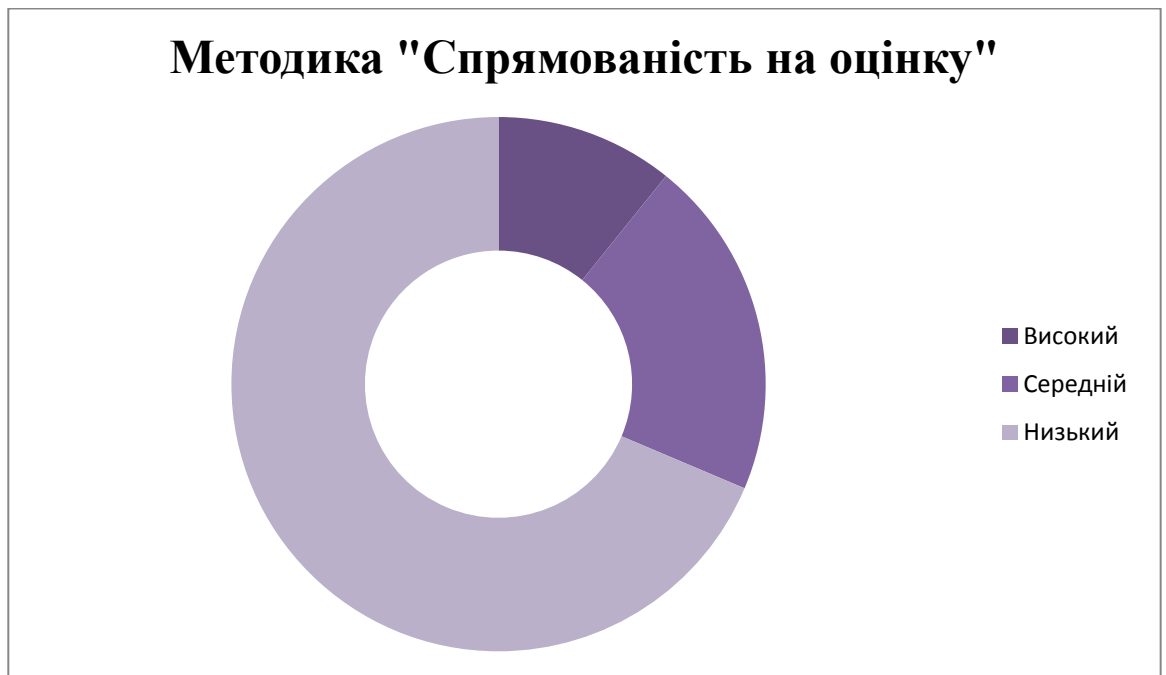


Рис. 2.2.2 Результати дослідження мотивації до навчальної діяльності за методикою «Спрямованість на оцінку»

Отже, як бачимо, суть мотивації полягає у тому, що вона є певною рушійною силою, що спонукає дитину до виконання потрібних дій. Правильно сформована навчальна мотивація для підлітків є важливим аспектом, від якого залежить як сам процес навчання, так і подальше життя дитини. Відомо, що є різні види мотивації, із якої виходять різні за своїм змістом мотиви. Для того щоб розвивати мотивацію і сприяти формуванню мотивів, зокрема в підлітків, потрібно: створювати проблемні ситуації, ситуації успіху, включати підлітків у колективні форми роботи, і ще важливим є те, щоб під час уроку панував доброзичливий клімат.

2.3. Діагностика структури навчальної мотивації школяра та діагностика потреби в пошуках відчуттів

Діагностика структури навчальної мотивації школярів є важливим кроком у розумінні того, чому учні мотивовані до навчання або чому вони можуть відчувати брак мотивації. Ця діагностика допомагає визначити чинники, які впливають на мотивацію учнів, і розробити ефективні стратегії для її підвищення.

Причини проведення діагностики мотивації учнів

1. Розуміння мотивів навчання. Діагностика дозволяє визначити основні мотиви навчання учнів, такі як особистісний розвиток, інтерес до предмета, бажання досягти успіху, або соціальні мотиви.
2. Виявлення проблем мотивації. За допомогою діагностики можна виявити причини зниження мотивації, наприклад, відсутність пізнавальних інтересів, низький рівень самооцінки або відсутність успіху
3. Розробка індивідуальних підходів. Після діагностики можна розробити індивідуальні підходи до навчання, які відповідають потребам кожного учня, підвищуючи його мотивацію та успішність.
4. Поліпшення навчально-виховного процесу. Діагностика допомагає вдосконалити навчально-виховний процес у закладах освіти, роблячи його більш ефективним і відповідним до потреб учнів.
5. Підвищення якості знань. Формування мотивації учнів є засобом підвищення якості знань і активності учнів під час навчання.

Для діагностики мотивації учнів використовуються різні методи, серед яких:

- Анкетування. Воно дозволяє оцінити ставлення учнів до навчання та визначити їхні мотиви .
- Тестування. Спеціалізовані тести, такі як тести Венгера та Гінзбурга, допомагають оцінити рівень мотиваційної готовності учнів до навчання.

– Спостереження. Саме непряме спостереження за поведінкою учнів під час уроків та позакласних занять дозволяє виявити та проаналізувати мотиви, що спонукають їх до тієї чи іншої діяльності.

Під час проходження практики в одній із шкіл Київщини нами була проведена «Діагностика структури навчальної мотивації школяра». [Дод. Е] Аналіз мотивів дозволяє зрозуміти, наскільки школяр зацікавлений у навчальному процесі, чи він відчуває внутрішнє бажання навчатися, чи це робиться під впливом зовнішніх факторів. Можна зрозуміти, які чинники є основними стимуляторами: інтерес до знань, прагнення до успіху, бажання відповідати очікуванням батьків чи вчителів, страх покарання або соціальне визнання.

Участь у дослідженні взяли 30 учнів 9А та 9Б класу. Серед яких 18 хлопчиків та 12 дівчаток віком 14-15 років. У результаті анкетування були визначені значущі для учня, на його думку, мотиви навчання. Школярам було запропоновано 21 питання, де вони повинні були оцінити значущі для них причини навчання у школі. Для цього потрібно було обрати бал, що відповідає їхньому ставленню:

- 0 балів — майже не має значення;
- 1 бал — частково значуще;
- 2 бали — достатньою мірою значуще;
- 3 бали — дуже значуще.

Опрацьовані результати показали відсоткове співвідношення між ставленням учнів до різних мотивів у навчальній діяльності. Це можна побачити на рис. 2.3.1 – 2.3.7.

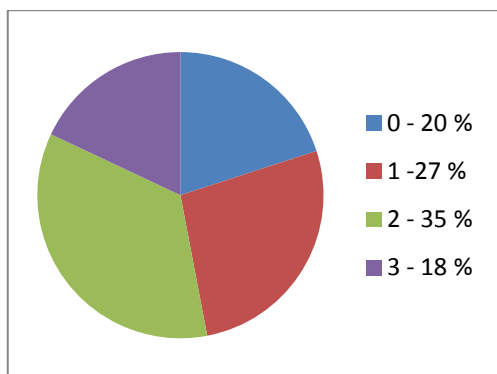


Рис. 2.3.1 Пізнавальні мотиви

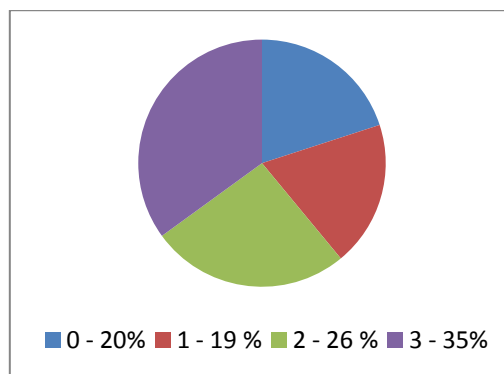
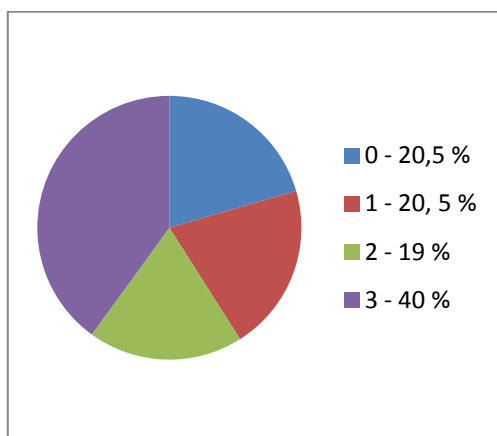
Рис. 2.3.2 Комунікативні мотиви
учнів

Рис. 2.3.3 Емоційні мотиви

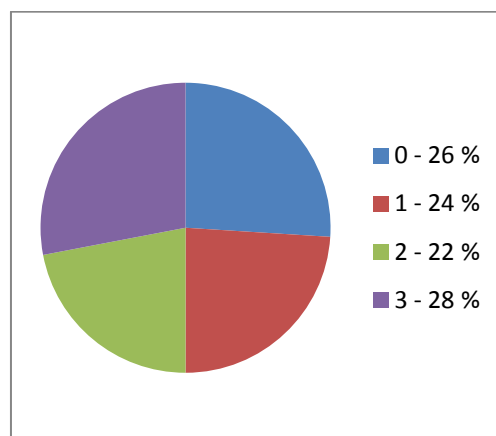


Рис. 2.3. 4 Мотиви саморозвитку

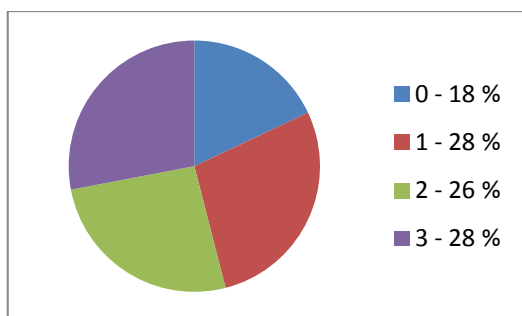
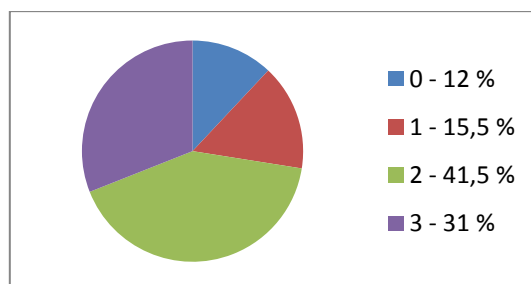


Рис. 2.3. 5 Позиція школяра

Рис. 2.3.7 Зовнішні мотиви
(заохочення, покарання)

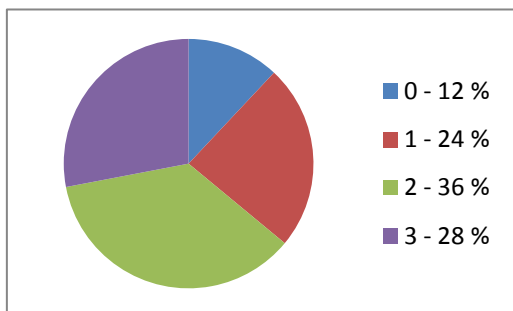


Рис. 2.3.6 Мотиви досягнення

Якщо проаналізувати результати отриманих досліджень, то ми бачимо, що для половини досліджуваних учнів пізнавальні мотиви, комунікативні, емоційні, мотиви саморозвитку, особистої позиції майже не мають значення або мають часткове значення. Значно більшої ваги для підлітків мають значення їхні особисті досягнення, а також зовнішні показники, тобто заохочення їх дорослими або навпаки покарання. Але ж, ми розуміємо, що досягнення будуть високими, якщо розвивати пізнавальні, комунікативні, мотиви саморозвитку, свою особисту позицію. Працювати є над чим.

На основі отриманих даних вчитель чи психолог може розробити стратегію для покращення мотивації та ефективності навчання. Рівень і структура мотивації часто є передбачувальними факторами академічної успішності та задоволеності навчальним процесом.

Результати діагностики допомагають:

- Підвищити зацікавленість школяра у навчанні.
- Покращити емоційний стан учня.
- Підтримати розвиток самостійності та ініціативи.
- Знизити ризик шкільної тривожності або уникнення навчання.

Таким чином, діагностика є важливим інструментом для розуміння і підтримки навчального процесу школярів.

Діагностика потреби в пошуках відчуттів — це процес аналізу внутрішнього стану людини, спрямований на розуміння її емоційних,

психологічних або духовних потреб, які стимулюють пошук нових переживань, сенсацій або вражень. Вона може дати:

- розуміння людині, чому їй необхідні нові відчуття, чи це пов'язано з бажанням уникнути рутини, пошуком радості, компенсацією емоційного дефіциту або іншими причинами.
- допомагає з'ясувати, чи є пошук відчуттів способом уникнення проблем, способом самовираження або спробою знайти нові джерела натхнення.
- якщо пошук відчуттів супроводжується небезпечними діями, діагностика може сприяти усвідомленню цього ризику та допомогти людині знайти більш безпечні альтернативи.
- аналіз потреб у нових враженнях може вказати на етапи саморозвитку, наприклад, пошук нових горизонтів, творчий підйом чи бажання змінити життєві обставини.
- на основі діагностики можна сформулювати рекомендації для задоволення потреб у відчуттях без шкоди для себе чи оточення.

Саме з цією метою для учнів була проведена адаптована методика «Діагностика потреби в пошуках відчуттів» (за М. Цукерманом). [Дод. Ж] Учнім було запропоновано об'єднані в пари твердження. Із кожної пари необхідно обрати одне, найхарактерніше для них, і позначити його в бланку відповідною літерою. За результатами дослідження було виявлено, що високий рівень потреби у відчуттях (10 % досліджуваних) означає наявність потягу, можливо неконтрольованого, до нових вражень, що збуджують, часто провокуючи суб'єкта на участь у ризикованих заходах і авантюрах.

Середній рівень потреби у відчуттях (80 % досліджуваних) свідчить про вміння контролювати цю потребу, про помірність у її задоволенні, тобто, з одного боку, про відкритість новому досвіду, з іншого боку — про стриманість і розважливість у певні моменти життя.

Низький рівень потреби у відчуттях (має 10 % досліджуваних) означає наявність передбачливості й обережності за рахунок неотримання нових вражень та інформації. Люди з таким показником віддають перевагу стабільності й упорядкованості, а не невідомому й несподіваному.

Результати діагностики можемо побачити, проаналізувавши рис. 2.3.8

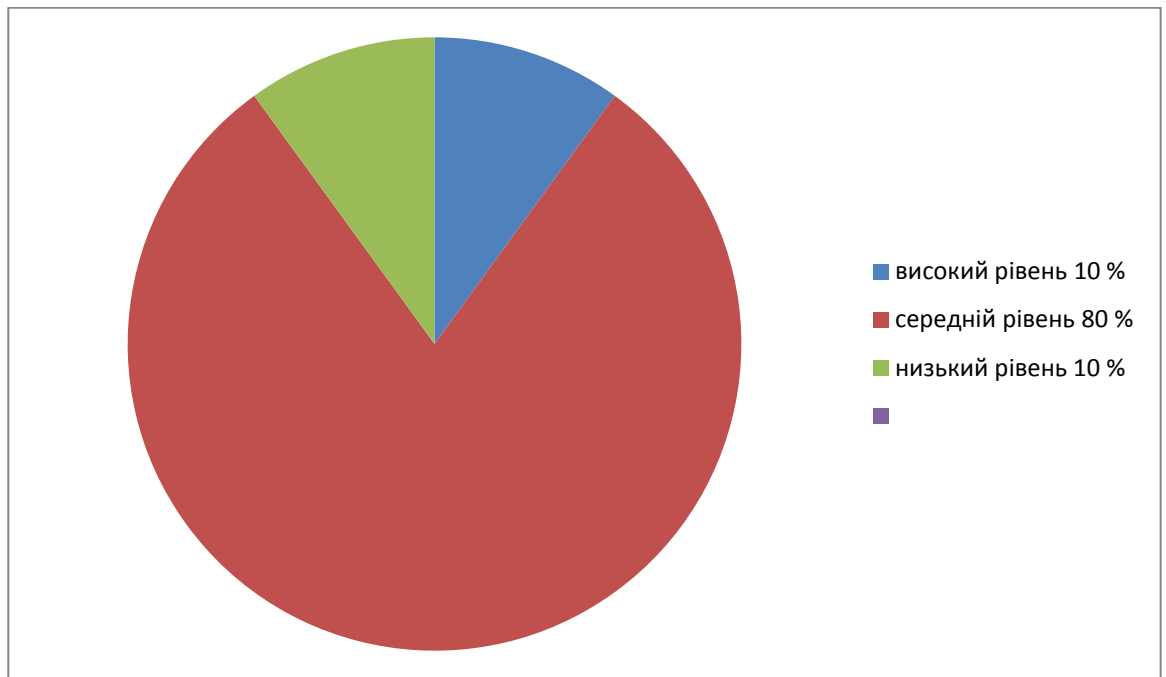


Рис. 2.3.8 Рівень потреби в пошуках відчуттів.

Можемо зробити висновок, що середній рівень потреби в пошуках відчуттів зазвичай дає людині баланс між бажанням новизни та стабільності. Людина з таким рівнем потреби прагне до різноманіття, але не ризикує надмірно. Учень має цікавість до нових вражень, але без потреби у постійних радикальних змінах. Відчуває комфорт у звичних умовах, але з періодичним бажанням змін чи нових пригод. Може оцінювати ризики та обирати варіанти, які не загрожують стабільності. Має інтерес до експериментів у різних сферах життя, але в межах безпечної зони. Такий рівень пошуку відчуттів допомагає підтримувати гармонію між стабільністю й прагненням до чогось нового, що важливо для збереження психоемоційного благополуччя.

Висновки до розділу 2

Завершуючи дослідження, можемо зробити висновки, що підлітки мають природну потребу належати до колективу і бути прийнятими спільнотою. Це важлива фаза їхнього розвитку, коли вони шукають своє місце в суспільстві та встановлюють взаємини з ровесниками. Необхідно підтримувати позитивний колективний дух, сприяти командній роботі та розвивати навички співпраці. Також важливо створити безпечне середовище, де підлітки почувають себе комфортно, вільно висловлюють свої ідеї та думки.

Підлітки мають великий потенціал для навчання, оскільки в цьому віці вони активно розвиваються та здатні вбирати нову інформацію швидше. Важливо використовувати методи навчання, які враховують особливості їхнього когнітивного розвитку та взаємодіяти з ними на їхньому рівні. Здатність дітей до навчання зазвичай залежить від декількох ключових факторів, таких як їх мотивація, інтерес до предметів, які вони вивчають, а також якість навчання та підтримка, яку вони отримують від вчителів та батьків. Крім того, фізичний та емоційний стан підлітка, його розвиток та внутрішні психологічні фактори, такі як віра в свої здібності, також можуть впливати на його здатність до навчання.

Відношення неповнолітніх до здобуття знань може бути різним в залежності від їхніх індивідуальних характеристик, оточення та життєвого досвіду. Деякі підлітки можуть мати великий інтерес до навчання і постійно прагнути підвищувати свою освіту, в той час як інші можуть бути менш зацікавлені і шукати інші шляхи саморозвитку. Важливо стимулювати дітей до здобуття знань, роблячи процес навчання цікавим та захоплюючим для них.

Мотивувати підлітків на навчання, а не на отримання оцінок, дуже важливо для створення більш стійкого та цілісного навчального досвіду. Виставлення балів може бути корисним інструментом для оцінки знань та

навичок учнів, але справжня мотивація повинна ґрунтуватися на бажанні здобути знання, розвивати навички та досягти особистого зростання. Для мотивації підлітків на навчання потрібно створити стимулююче середовище, де вони будуть відчувати себе важливими та розвивати індивідуальні інтереси. Також важливо показувати підліткам, як навчання може вплинути на їхнє майбутнє і допомогти їм реалізувати свій потенціал. Навчання має бути цікавим та захоплюючим процесом, що допомагає розвивати не лише когнітивні навички, а й соціальні та емоційні аспекти особистості.

Діагностика структури навчальної мотивації дозволяє визначити основні мотиви навчання учнів, такі як пізнавальні інтереси, соціальні мотиви чи зовнішні чинники. Це допомагає педагогам зрозуміти, чому учні мотивовані до навчання або чому вони можуть відчувати брак мотивації. За допомогою діагностики можна виявити причини зниження мотивів, наприклад, відсутність пізнавальних інтересів, низький рівень самооцінки або відсутність успіху. Це дозволяє розробляти індивідуальні підходи для підвищення мотивації учнів. Діагностика мотивації допомагає вдосконалити навчально-виховний процес у закладах освіти, роблячи його більш ефективним і відповідним до потреб учнів. Це включає розробку навчальних програм і методів навчання, які відповідають інтересам учнів. Мотивація навчання впливає на формування особистості учнів, їхнє ставлення до освіти та майбутньої професійної діяльності. Діагностика мотивів дозволяє педагогам підтримувати учнів у виборі майбутньої професії та розвитку їхніх інтересів. Після діагностики можна розробити індивідуальні підходи до навчання, які відповідають потребам кожного учня, підвищуючи його мотивацію та успішність у навчанні.

Діагностування потреби підлітків у пошуках відчуттів є важливим процесом. Потреба у відчуттях може впливати на поведінку підлітків, особливо у сфері ризикованих дій. Визначення рівня цієї потреби дозволяє зрозуміти, чому підлітки можуть бути схильні до участі в авантюрих або

ризикованих заходах. Діагностика допомагає виявити підлітків з високим рівнем потреби у відчуттях, які можуть бути більш схильні до участі в небезпечних діях. Це дозволяє розробляти профілактичні програми для зниження ризикованої поведінки. Також потреба у відчуттях пов'язана з відкритістю до нового досвіду та готовністю до ризиків. Розуміння цього аспекту особистості підлітка допомагає педагогам і психологам підтримувати їх у розвитку позитивних рис характеру та інтересів. Діагностика дозволяє створити безпечне середовище для підлітків, де вони можуть задовольняти свою потребу у нових враженнях без ризику для здоров'я та безпеки. Визначення рівня потреби у відчуттях дозволяє розробляти індивідуальні підходи до роботи з підлітками, які відповідають їхнім потребам та інтересам, підвищуючи їхню мотивацію й успішність у навчанні та житті.

Придбання знань підлітком є дуже важливим аспектом його розвитку. Щоб спрямувати їх на цей шлях, важливо створити стимулююче довкілля, яке сприяє вивченню та саморозвитку. Розглянемо деякі способи, які можуть допомогти підліткам придбати знання:

1. Заохочення до читання книг та статей на цікаві для них теми. Читання розширює кругозір та покращує когнітивні навички.
2. Підтримка учнів у їхніх інтересах та допомога при знаходженні знань, які будуть цікавими для них. Прищеплення любові до навчання.
3. Залучення до навчання в інтерактивних форматах, таких як відвідування музеїв, лекції та майстер-класів.
4. Заохочення допитливості й прагнення дізнаватися про нове. Постановка перед ними завдань, які спонукають до дослідження.
5. Створення простору для обговорення важливих тем і підтримки їх пізнавальних зусиль. Потрібно пам'ятати, що позитивне ставлення дорослих та сприяння навчанню може значно підвищити мотивацію підлітків до здобуття знань.

РОЗДІЛ 3

РОЗРОБКА РЕКОМЕНДАЦІЙ ПРАКТИЧНИМ ПСИХОЛОГАМ ЩОДО ПРОВЕДЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ ТА ГАРМОНІЗАЦІЇ ОСОБИСТІСНОГО ЗРОСТАННЯ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

3.1. Прийоми стимулювання й мотивації навчальної діяльності в підлітковому віці

Підлітковий вік характеризується не тільки фізичним і психічним зростанням, а й формуванням правильного усвідомлення себе та правильного ставлення до навчання. Підлітки мають різні рівні мотивації до навчання, і важливе значення мають ті методи і прийоми. Які використовують у закладі освіти для стимулювання цього процесу. Важливо розглядати ефективні методи стимулювання та мотивації, що враховують усю специфіку розвитку в підлітковому віці.

Одним із найважливіших елементів розробки педагогічних стратегій, які спрямовані на вдосконалення якості освіти учнів у цей період є розуміння та врахування індивідуальних потреб та особливостей підлітків. Педагог має можливість адаптувати свої методи та підходи до навчання, враховуючи індивідуальні особливості кожного учня, це сприяє максимальному розвитку кожної особистості.

Один із важливих елементів вдосконалення якості навчання – це індивідуальний підхід, саме він дозволяє максимально розвивати і використовувати можливості кожного учня, формує позитивне ставлення до навчання.

Звернення уваги на індивідуальні потреби кожного учня, включає в себе розробку різноманітних методів, використання інтерактивних засобів навчання, створення сприятливого середовища для розвитку різноманітних навичок учня та врахування обдарувань. Враховуючи емоційні та психологічні особливості учнів, педагог будує позитивні стосунки та підтримує особистісний розвиток кожного учня.

Успішність учня в навчальній діяльності характеризуються не лише його індивідуальними особливостями, а й вимогами до психічної готовності учня до навчальної діяльності, специфіки психологічної діяльності, готовністю, високим ступенем відповідальності, рівнем професійної компетентності вчителя, а також станом здоров'я.

Важливим є врахування особливостей психологічної діяльності підлітка. Це дозволяє йому повноцінно працювати в групі, концентрувати увагу, вирішувати проблеми та керувати емоційним станом. Методики, що застосовуються в навчанні, шкільне середовище також мають велике значення у формуванні позитивного та ефективного розвитку цих психологічних аспектів.

Впродовж багатьох років психологи і педагоги активно досліджують навчальну діяльність підлітків і намагаються знайти максимально оптимальний метод, що допоміг би пробудити в підлітків активний пізнавальний інтерес до навчальної діяльності, що сприяв би формуванню міцного ставлення та твердої мотивації до навчальної праці. На жаль, одностайної думки щодо того, що потрібно зробити для вирішення цієї проблеми, досі не існує. Думки різних фахівців і дослідників розходяться.

Одним із найважливіших елементів ціннісного ставлення підлітка до навчальної діяльності є внутрішня мотивація. На думку Н. В. Бордовської, мотив спонукання – це внутрішнє прагнення особистості до того чи іншого виду діяльності (діяльності, спілкування, поведінки), пов'язаного із задоволенням певної потреби [6, с. 11].

Успішність у навчальній діяльності підлітка безпосередньо залежить від сили її мотивації. Впродовж багатьох років учені, працюючи над питанням успішності в навчальній діяльності, зазначали, що важливу роль у цьому має рівень інтелектуального розвитку кожної окремої особистості. Не потрібно знецінювати цей фактор. Однак пізніші дослідження щодо впливу інтелекту на розвиток підлітка та на успіхи у навчанні привели до інших висновків.

Так, одне з таких досліджень показало, що між інтелектуальним розвитком та успішністю дитини в навчанні немає конкретного зв'язку. Академічна успішність кожної дитини залежить від якості, сили та типу мотивації. Для сильних у навчанні учнів мотивацією є внутрішня, або внутрішньо спонукана, мотивація, яка базується на пізнавальних інтересах, прагненні отримати глибокі знання та опанувати професію на високому рівні. Такі учні мають потребу в самореалізації через навчання, орієнтовані на міцні професійні знання і практичні уміння, а також прагнуть успішно виконувати шкільні завдання та вимоги вчителя. Що стосується учнів, що мають слабкі знання, то їх мотиви можна охарактеризувати так: важлива похвала за навіть невеликі успіхи, для них важливим є заохочення за зусилля, а не лише за результат, визнання прогресу, що підвищує впевненість у собі, для них важливо уникнути осуду за погане навчання, не втратити авторитет серед однокласників тощо.

А. К. Маркова вважає, що для формування пізнавальних мотивів необхідно правильно організувати навчальну діяльність молоді. На жаль, сьогодні навчальна діяльність рідко сприймається як основне джерело навчальної мотивації. На думку вченої, необхідно, по-перше, спрямовувати учнів на самостійне здобуття знань у процесі навчальної діяльності, а не тільки на засвоєння вже підготовлених знань, по-друге, впроваджувати цю спрямованість у метод навчання, засвоєння знань з урахуванням вікових та індивідуально-психологічних особливостей підлітка. [44; 47]

Отже, стимулювання пізнавальних інтересів учнів за допомогою змісту навчального матеріалу здійснюється через використання низки методів і прийомів, спрямованих на створення позитивного ставлення до навчання та активізацію розумової діяльності. Основні підходи включають:

1. Новизна змісту навчального матеріалу полягає у поданні нових знань, які викликають зацікавлення і моральне задоволення від інтелектуальної праці. Відчуття збагачення знаннями стимулює учнів до самовдосконалення.

2. Опора на життєвий досвід учнів зводиться до використання фактів і явищ, які учні спостерігали в житті або брали участь у них. Це допомагає встановити зв'язок між навчальним матеріалом і реальним світом, що підвищує інтерес до навчання.

3. Пізнавальні ігри є одним із важливих підходів. Застосування рольових, ділових або ситуативних ігор для моделювання життєвих ситуацій, сприяє активному залученню учнів у процес пізнання.

4. Емоційне стимулювання має неабияке значення. Використання ефекту здивування, яскравих наочних посібників, цікавості, жартів курйозів для створення позитивного емоційного фону навчання є важливим аспектом у стимулюванні пізнавальних інтересів підлітків.

5. Інтеграція сучасних досягнень науки і техніки полягає в ознайомленні учнів із перспективами розвитку технологій і науки, що робить зміст матеріалу актуальним і значущим

6. Інтерактивні методи навчання – це використання мозкових штурмів, дискусій, групових завдань та інших інтерактивних прийомів для стимулювання пізнавальної активності.

7. Створення ситуації успіху має важливе значення для стимулювання навчальної діяльності. Створення умов, у яких учні відчують задоволення від своїх досягнень сприяє формуванню стійкого інтересу до навчання.

Таким чином, зміст навчального матеріалу може бути ефективним джерелом стимулювання пізнавальних інтересів за умови його ретельного планування та творчого використання вчителем.

Стимулювання пізнавальних інтересів молоді шляхом організації її діяльності здійснюється завдяки:

- різноманітності форм самостійної роботи;
- можливості освоєння нових способів діяльності;
- труднощів у навчанні;
- елементів дослідження;
- творчої та практичної діяльності.

Активізація пізнавальних інтересів і формування ставлення до навчальної діяльності як цінності залежно від стосунків між учасниками навчально-виховного процесу стає можливою завдяки:

- створенню сприятливого емоційного фону для навчальної діяльності молоді;
- позитивному емоційному стані самого вчителя, добрим стосункам між вчителем і підлітком, заохоченню [44, с. 81-87].

Л. І. Божович у своїх працях про навчальні мотиви виділяє дві основні групи мотивів, які визначають навчальну діяльність школярів:

1. Широкі соціальні мотиви навчання. Вони пов'язані з потребою дитини у спілкуванні, оцінці та схваленні з боку інших людей, а також включають прагнення учня зайняти певне місце в системі суспільних відносин, отримати схвалення дорослих, заслужити авторитет серед учителів і батьків, а також уникнути негативних оцінок або покарань.

2. Мотиви, пов'язані безпосередньо з навчальною діяльністю. До цієї групи належать пізнавальні інтереси дітей, їх потреба в інтелектуальній активності та бажання оволодівати новими знаннями, уміннями і навичками. Внутрішня мотивація проявляється в задоволенні від самого процесу навчання та його результатів.

Божович також підкреслює важливість взаємозв'язку мотивів зі спрямованістю особистості та її ставленням до навколишньої дійсності. Вона зазначає, що навчальна мотивація є багаторівневою структурою, яка включає смисл, емоції, інтереси та мету. Домінування певного типу мотивів впливає на ефективність навчального процесу та формування стійкості особистості.

Формуванню ціннісного ставлення до навчальної діяльності у підлітків можуть сприяти різні моделі навчання. Т. С. Паніна вважає, що інтерактивне навчання є дуже ефективним.

До основних функцій інтерактивного навчання можна віднести:

1. Стимулювання пізнавальної діяльності та комунікативних навичок. Тобто інтерактивне навчання створює умови для залучення всіх учнів до процесу пізнання, розвитку критичного мислення та прийняття рішень. Учні вчаться формувати власну думку, виражати її та аргументувати під час дискусій.

2. Розвиток соціальних та особистісних якостей. Інтерактивні методи сприяють соціалізації учнів, формуванню командного духу та розвитку толерантності. Учні вчаться працювати у команді, будувати конструктивні відносини та розв'язувати конфлікти.

3. Підвищення мотивації та ефективності навчання. Інтерактивне навчання підвищує інтерес учнів до навчання та мотивацію, оскільки вони активно залучаються до процесу. Ефективність засвоєння інформації зростає завдяки практичним прикладам та самостійній діяльності учнів.

4. Адаптація до індивідуальних потреб учнів. Інтерактивні методи дозволяють учителям адаптувати свої підходи до індивідуальних особливостей учнів, створюючи інклюзивне середовище.

5. Підготовка до реальних життєвих ситуацій. Інтерактивне навчання готує учнів до реальних життєвих ситуацій шляхом моделювання та розв'язання проблемних завдань.

Усі ці функції сприяють формуванню компетентних, ініціативних та критично мислячих особистостей, здатних до адаптації в сучасному світі. Інтерактивне навчання допомагає у розширенні можливостей для залучення учнів в процес навчання, сприяє їхньому поглибленню в матеріал та активному формуванню знань. Воно може включати в себе використання технологій, групову роботу, обговорення теми та інші форми взаємодії.

Помітно, що в процесі інтерактивного навчання формується ціннісне ставлення молоді людини. Т. С. Паніна у своїй роботі стверджує, що інтерактивні методи навчання, такі як «мозковий штурм», «круглий стіл», «ділова гра», дозволяють удосконалити процес розуміння, засвоєння та творчого використання знань при вирішенні завдань. Молодь активніше залучається не лише до процесу здобуття знань, а й до застосування цих знань на практиці. Інтерактивне навчання підвищує мотивацію учнів та їх залучення до вирішення обговорюваних проблем, що забезпечує сильний емоційний поштовх для подальшої пошукової діяльності учасників, спонукає їх до активної творчості [1].

Особистісно орієнтоване навчання - це педагогічний підхід, у якому центром освітнього процесу є особистість дитини, її самобутність, самостійність та індивідуальний досвід. Основна ідея полягає у визнанні учня ключовою фігурою навчання, де суб'єктивний досвід кожного спочатку розкривається, а потім узгоджується зі змістом освіти. Основні психологічні аспекти особистісно орієнтованого навчання включають: визнання учня як суб'єкта навчальної діяльності, що може впливати на процес навчання, а не просто об'єкта передачі знань; психолого-педагогічна підтримка дитини у формуванні самосвідомості, усвідомленні себе як особистості, розвитку творчих здібностей, відповідальності та здатності до самостійного вибору; використання суб'єктного досвіду учня - його життєвого, індивідуального досвіду, який стає основою для пізнання і засвоєння нового матеріалу; створення умов для соціалізації, культурної

ідентифікації та життєвого самовизначення дитини, що поєднує виховання і освіту в єдиний процес підтримки і розвитку особистості.

Таким чином, особистісно орієнтоване навчання - це не просто передача знань, а процес допомоги учню у розкритті своїх можливостей, становленні самосвідомості, самореалізації та самоствердженні, що базується на глибокій повазі до особистості і врахуванні її індивідуальних особливостей. Отже, психологічна суть особистісно орієнтованого навчання полягає у створенні умов для повноцінного розвитку особистості учня через врахування його індивідуального досвіду, потреб і потенціалу, що забезпечує його самовизначення, самореалізацію та соціалізацію.

Від педагога багато залежить, яким буде ставлення підлітка до навчальної діяльності. Він має зробити так, щоб підліток не лише із задоволенням приходив на заняття, а й активно брав участь у навчальному процесі та вважав навчальну діяльність особливою цінністю.

Дослідниця Н. А. Іваніщева вважає, що метод проєктів є найефективнішою педагогічною технологією [29, с. 281].

Метод проєктів як ефективна педагогічна технологія є комплексним навчальним підходом, який спрямований на активізацію пізнавальної діяльності учнів, розвиток креативного мислення та формування особистісних якостей. Ця технологія виникла в США у 20-х роках ХХ століття під назвою "метод проблем" і характеризується індивідуальною роботою за спільно складеним планом.

До основних принципів методу проєктів можна віднести:

- Самостійність, де учні самостійно планують і організовують свою діяльність під час роботи над проєктами.
- Діяльність – передбачає практичне застосування отриманих знань та розвиток творчих і дослідницьких навичок у створенні проєктів.
- Результативність. Проєкти спрямовані на отримання конкретних результатів та презентацію їхніх досягнень.

Основними перевагами методу проєктів є:

1. Розвиток ініціативності та самостійності, адже учні вчаться планувати й контролювати свою діяльність.

2. Підвищення мотивації полягає в тому, що проєктна діяльність підвищує мотивацію до навчання та сприяє розвитку інтелектуальних здібностей.

3. Практичне застосування знань дозволяє використовувати теоретичні знання, застосовуючи їх на практиці та розвиваючи навички вирішення реальних проблем.

4. Проєктна робота сприяє соціальному розвитку учнів через спільну діяльність та взаємодію.

Для ефективного впровадження методу проєктів у сучасній школі необхідна значна кількість часу та серйозна самостійна робота кожного члена колективу. Цей підхід вважається перспективним у сучасній освіті, оскільки він передбачає глобальну освіту особистості та глибоке педагогічне оновлення.

О. В. Іванова, окрім проєктних методів, пропонує використовувати кейс-методи: «у шкільному навчанні кейс-метод дозволяє підвищити пізнавальний інтерес, покращити розуміння навчального матеріалу, сприяє розвитку дослідницьких, комунікативних і творчих навичок у вирішенні різноманітних ситуацій і завдань» [18, с. 3].

Для досягнення успіху та швидкого позитивного прогресу в навчанні, перед кожним уроком потрібно конкретизувати цілі навчання. Гейміфікація як метод навчання допомагає досягти і перевершити їх. Гейміфікація — це застосування ігрових елементів та механізмів у неігрових контекстах для залучення користувачів до виконання завдань та розв'язання проблем. Цей підхід використовується в різних галузях, таких як освіта, бізнес, маркетинг та керування персоналом.

Гейміфікація використовує природні людські потреби, такі як конкуренція, досягнення, статус, самовираження та розв'язання задач. Основними методами є винагородження за виконані завдання, наприклад,

бали, відзнаки, рівні та віртуальна валюта. Важливим є створення конкуренції, надання можливості бачити нагороди інших учасників для стимулювання виконання власних завдань. Важливим є можливість інтеграції з реальністю. Надання реальним завданням характеристик ігрового світу, наприклад, розповідь чи передісторія.

Гейміфікація в освіті застосовується для підвищення мотивації учнів та залучення їх до освітнього процесу. Це включає використання ігрових елементів, таких як бали, рівні та відзнаки, для створення інтерактивного та мотивуючого середовища. Гейміфікація сприяє розвитку розумових навичок, просторової уяви та практичних вмінь учнів.

До переваг гейміфікації можемо віднести, підвищення мотивації учнів та працівників через використання елементів гри. Створення інтерактивного середовища, яке сприяє залученню учасників до процесу навчання чи роботи. Проведені дослідження показують, що гейміфікація може вдвічі пришвидшувати здобування та опанування нових знань та навичок.

Останнім часом для підлітків з'явився іще один виклик у вигляді дистанційного навчання. Вони довго сидять перед екраном, їм важко зосередитися і бути активними під час уроків. Дуже часто вони відмовляються вмикати камеру, їм складно працювати в групах, вони не хочуть співпрацювати з викладачем.

Небажання працювати під час дистанційного навчання викликане кількома основними факторами:

1. Психологічний стрес і емоційні переживання, пов'язані з тривогою, страхом, невизначеністю майбутнього, особливо в умовах війни.
2. Відсутність внутрішньої мотивації через невпевненість у собі, відсутність віри у сенс навчання.
3. Неготовність до навчання, що посилюється негативними оцінками з боку батьків чи вчителів, які можуть формувати у дитини відчуття безпорадності та невдачі.

4. Соціальні чинники: конфлікти в родині, складні стосунки з однолітками, булінг.

5. Порушення мотивації через відсутність чіткої, зрозумілої для дитини мети навчання.

6. Помилки батьків у вихованні, такі як надмірна опіка, приниження, погрози, фізичні покарання або надмірні вимоги.

Таким чином, небажання працювати під час дистанційного навчання є комплексною проблемою, що поєднує психологічні, соціальні та педагогічні чинники, які впливають на мотивацію дитини.

Гейміфікація – це застосування ігрових елементів і механік у неігрових процесах, таких як освіта, бізнес, маркетинг, управління персоналом та інші сфери, з метою підвищення мотивації, залучення та ефективності діяльності. Вона може стати чудовим рішенням, враховуючи виклики часу. Гейміфікації у навчальному процесі дозволяє підвищити мотивацію учнів завдяки використанню ігрових елементів, які забезпечують негайний зворотний зв'язок та винагороди за досягнення, що стимулює продовжувати навчання.

Контрольні завдання, заліки для перевірки знань можуть подаватися у вигляді конкурсу. Це викликає ентузіазм і бажання виконати завдання якнайкраще. Учні ж сприймають їх як розвагу, але насправді це реальна практика.

Як же зробити гейміфікацію частиною як онлайн-уроку, так і звичайного навчання в класі розглянемо далі.

Сторітелінг (від англ. "storytelling") — це мистецтво розповіді історій з метою передачі інформації та впливу на аудиторію. Ця техніка використовується в різних сферах, таких як освіта, бізнес та маркетинг, для формування довіри, залучення уваги та виклику емоцій.

До основних аспектів сторітелінгу можна віднести емоційний вплив на підлітків. Він викликає емоції, що роблять інформацію більш запам'ятовуваною та впливають на рішення. Він допомагає при

формуванні довіри. Історії про власний досвід допомагають створювати довіру. В освіті сторітелінг використовується для пояснення складних концепцій у формі захопливих історій, що сприяє розвитку уявлення та логіки учнів.

До основних технік сторітелінгу можна віднести:

- Мономіф або шлях Героя – це концепція, де герой долає труднощі та досягає успіху.
- Деталізація, тобто додавання деталей для створення атмосферності та емоційного зв'язку з аудиторією.

Сторітелінг є ефективним інструментом для залучення аудиторії та формування довіри через емоційний вплив та особистий зв'язок.

Постановка перед підлітками конкретних ігрових цілей. Наприклад, темою може бути порятунок зникаючих тварин в Україні. Завдання – «скласти список тварин Червоної книги». Виконуючи такі завдання, діти запам'ятають більше теорії. Усе через те, що ті знання, які вони отримують на уроці, одразу допомагають вирішити певну задачу гри. А командна робота задля досягнення мети допомагає у розвитку навичок співпраці, вміння вести переговори та приймання правильного рішення разом із командою.

Подумайте про виклики та правила ігрового світу. Це може бути будь-яка математична задача, науковий експеримент або лінгвістична анаграма. Головне – надати завданню цікавий контекст. Важливо, щоб кожен виклик був умовою руху вперед. Ось так працює гра, її правила та причинно-наслідкові зв'язки.

Завдання без використання гаджетів і програм. Це можуть бути усне повторення матеріалу в ігровій формі, різноманітні мовленнєві чи рухові вправи, гра на швидкі асоціації або експрес-диспути на закріплення матеріалу. Завдяки таким іграм можна легко розслабити атмосферу, коли діти втомилися або ще не встигли включитися в навчальний процес. Гра привертає увагу дітей, яку пізніше можна зосередити на вивченні теми

уроку. Використовуйте підручники та робочі зошити з метою самостійного навчання дітей. Це дозволить їм працювати без інтернету та гаджетів. Заохочуйте дітей читати книги та літературу. Читання розвиває увагу, уяву та мовні навички. Можна організувати заняття з малювання, ліплення та інших творчих видів діяльності, які не потребують гаджетів, зокрема на уроках літературно-мистецького спрямування. Ці підходи допоможуть створити ефективну систему навчання та розвитку учнів без використання гаджетів та програм.

Завдання з використанням додаткових програм і платформ. Для повної гейміфікації елементів навчального процесу можна використовувати програми та платформи, які надають доступ до інтелектуальних ігор, дозволяють створювати інтерактивні завдання або навіть цілі історії (Classcraft, Poki Learningapps, Matific, Baamboozle, MineTest).

Гейміфіковані домашні завдання можуть стати крутою практикою, що дозволить підвищити інтерес учнів до їх виконання.

Є багато способів збагатити навчання, зробити його цікавим і веселим. Гейміфікація обов'язково допоможе заохотити учнів до навчання та створить комфортну та дружню атмосферу в класі, дозволить зменшити стрес та зблизити вчителів та підлітків.

Учитель має усвідомлювати, що його власні знання та методичні навички, без позитивної мотивації та можливості створення ситуації успіху під час уроку, можуть призвести до неефективного навчання. Урок, без стимулу та відчуття успіху, ризикує просто пролетіти повз усвідомлення учнів, не залишаючи сліду в їхній свідомості.

Формування мотивації у підлітків значною мірою залежить від стилю виховання, поведінки та активної участі батьків у житті дитини. Підлітки потребують відчуття підтримки з боку батьків, незалежно від їхніх успіхів чи невдач. Коли дитина знає, що її зрозуміють і підтримають, вона впевнена у собі, це сприяє розвитку внутрішньої мотивації та

цілеспрямованості. Встановлення довірливих стосунків, спільне проведення часу та наявність спільних інтересів допомагають зберігати контакт із підлітком. Це створює безпечне середовище для обговорення важливих питань і формування власних цілей дитини. Батьки, які беруть участь у шкільному житті, відвідують заходи, спілкуються з вчителями, допомагають із домашніми завданнями, суттєво підвищують мотивацію підлітків до навчання. Діти відчують значущість своїх досягнень, прагнуть до самостійності та відповідальності. Важливо не виконувати завдання за підлітка, а створювати умови, де він самостійно долає труднощі. Це розвиває навички вирішення проблем і формує стійку мотивацію досягати результатів. Похвала, визнання зусиль та досягнень, а не лише результату, стимулюють бажання розвиватися і вчитися. Водночас надмірний контроль або байдужість призводять до формування мотивації уникнення невдач, а не досягнення успіху. Як допомогти підлітку у складних ситуаціях: важливі поради для батьків наведено у додатку 3.

Отже, використання цих прийомів дозволяє не тільки активізувати навчальний процес, а й розвиває позитивне ставлення до навчання в підлітковому віці. Спільна робота учнів та вчителів у створенні заохочуючого навчального середовища може мати значний вплив на їхній успіх та розвиток. Батьки також відіграють ключову роль у формуванні мотивації підлітків через підтримку, довіру, активну участь у житті дитини та створення умов для самостійності. Атмосфера розуміння, визнання зусиль і спільна діяльність сприяють розвитку внутрішньої мотивації, відповідальності та впевненості у власних силах.

3.2. Рекомендації практичним психологам стосовно проведення психологічної корекції та гармонізації особистісного зростання у підлітковому віці

Психіка особистості в підлітковому віці є не дуже стійкою, однак вона рухлива й дуже сприйнятлива до психолого-педагогічних впливів. Оскільки підліток повсякчас відчуває вплив соціального середовища, його розвиток практично ніколи не є рівним, безпроблемним, частіше – суперечливим. Загострення непорозумінь через різні несприятливі умови приводить до зародження у підлітків невротичних станів та інших труднощів у особистісному й психічному розвитку. Не завжди ці розлади є сталими в характеристиці психіки підлітків, вони мають ознаки ситуативності й сензитивності в цьому психологічному періоді розвитку. Однак через відсутність вчасної психологічної допомоги труднощі у розвитку підлітка можуть перейти в стійкі відхилення як особливостей характеру, так і поведінки, і довести до неврозів або стати стійкими індивідуальними утвореннями особистості. Через це психолог повинен добре знати можливі труднощі в розвитку підлітків, причини їх виникнення, вміти їх ідентифікувати й організовувати необхідну психопрофілактичну і психокорекційну роботу [26].

Психокорекції, як системі заходів, спрямованих на виправлення недоліків психіки або поведінки людини за допомогою спеціальних засобів психологічного впливу, піддаються недоліки, що не мають органічної основи й не є тими стійкими якостями, що формуються досить рано й практично не змінюються.

В українській психології цілі корекційної роботи визначаються розумінням закономірностей психічного розвитку особистості в підлітковому віці як активного діяльнісного процесу, що реалізується у співпраці з дорослими. Психокорекція та розвиток особистості тісно

пов'язані з процесами, що спрямовані на виправлення психологічних відхилень та формування гармонійної особистості. Нижче розглянемо основні шляхи психокорекції та розвитку особистості:

1. Діагностичний етап - починається з вивчення запиту клієнта, первинного формулювання психологічної проблеми та висунення гіпотез щодо її причин. Комплексна психологічна діагностика допомагає зрозуміти особистість клієнта.

2. Прогноз та планування - передбачення подальшого розвитку особистості за умови проведення корекції та без неї. Створення психолого-педагогічної корекційної програми, яка визначає мету, напрямки корекції та методи роботи.

3. Виконання корекційної програми - реалізація розробленої програми з використанням різних методів психологічної корекції, таких як психотерапія, арт-терапія, музикотерапія тощо.

4. Аналіз ефективності - оцінка результатів проведеної корекційної роботи для подальшого вдосконалення програми

Вибір методів і технік психокорекційної роботи, визначення критеріїв оцінки її успішності визначаються її цілями. При конкретизації цілей психокорекції необхідно керуватися наступними правилами:

1. Цілі корекції мають формуватися в позитивній, а не в негативній формі. Визначення цілей корекції не повинно починатися зі слова «не», не повинно носити заборонного характеру, що обмежує можливості особистісного розвитку і прояву ініціативи клієнта.

2. Цілі корекції повинні бути реалістичними і співвідноситися з тривалістю корекційної роботи і можливостями здобуття клієнтом нового позитивного досвіду й засвоєних на корекційних заняттях способів дій в реальній практиці життєвих відносин. Якщо цілі далекі від реальності, то психокорекційна програма може принести більше шкоди, ніж її відсутність, так як небезпека полягає в тому, що створюється враження, що робиться щось корисне, і тому замінює собою більш істотні зусилля.

3. При розгляді загальних цілей корекції необхідно враховувати далеку і найближчу перспективу розвитку особистості й планувати як конкретні показники особистісного та інтелектуального розвитку підлітка до закінчення корекційної програми, так і можливості відображення цих показників в особливостях діяльності і спілкування клієнта на наступних стадіях його розвитку.

4. Потрібно пам'ятати, що ефекти корекційної роботи виявляються впродовж досить тривалого часового інтервалу: в процесі корекційної роботи; до моменту її завершення, і, нарешті, приблизно через півроку можна остаточно говорити про закріплення чи про втрату клієнтом позитивних ефектів корекційної роботи [18].

При складанні психокорекційної програми необхідно дотримуватись таких вимог:

1. Чітко сформулювати основні цілі психокорекційної роботи, які мають бути реалістичними та співвіднесеними з тривалістю програми.
2. Виділити коло завдань, що конкретизують основну мету корекції.
3. Визначити конкретний зміст корекційних занять з урахуванням структури дефекту, індивідуально-психологічних особливостей клієнта та розвитку провідного виду діяльності.
4. Визначити форму роботи з клієнтом (індивідуальна, групова, сімейна або змішана).
5. Адекватно підібрати методи, методики і техніки корекційної роботи з урахуванням вікових, інтелектуальних і фізичних можливостей дитини.
6. Запланувати форму участі батьків та інших осіб у корекційному процесі.
7. Розробити методи аналізу та оцінки динаміки психокорекційного процесу, передбачити можливість внесення змін у програму.
8. Підготувати необхідне приміщення, обладнання і матеріали для проведення занять.

9. Враховувати принципи системності, єдності діагностики і корекції, пріоритетності корекції причинного типу, діяльнісний підхід, комплексність методів психологічного впливу.
10. Активно залучати соціальне оточення клієнта до участі в програмі.
11. Застосовувати принципи зростання складності матеріалу, враховувати емоційне забарвлення матеріалу та обсяг інформації.
12. Планувати корекційну роботу з урахуванням вікових, психологічних та індивідуальних особливостей клієнта.
13. Прогнозувати ефекти корекційної роботи з урахуванням тривалості їх прояву (ефекти можуть закріплюватися або втрачатися протягом півроку після завершення програм).

Сьогодні психологічна корекція широко використовується в системі психологічної допомоги дітям і підліткам. Незважаючи на широкий спектр застосування поняття психологічної корекції, існують розбіжності відносно її використання. Наприклад, науковці розглядають психологічну корекцію як спосіб профілактики нервово-психічних порушень в дітей (А. Співаковська), як метод психологічного впливу, спрямований на створення оптимальних можливостей і умов розвитку особистісного та інтелектуального потенціалу дитини (Г. Бурменська, О. Караванова), як сукупність прийомів, які використовує психолог для виправлення психіки чи поведінки психічно здорової людини (Р. Немов) [11]. Тому, виходячи з певних критеріїв, психокорекційні заходи можна класифікувати:

а) за характером спрямованості: симптоматичні; причинні (каузальні). Симптоматична корекція передбачає короткотривалий вплив з метою зняття гострих симптомів відхилень у розвитку, які заважають перейти до корекції каузального типу. Причинна (каузальна) корекція спрямована на джерела і причини відхилень. Цей тип корекції більш тривалий у часі, вимагає значних зусиль, але є більш ефективним.

б) за змістом розрізняють корекцію: пізнавальної сфери; особистості; афективно-вольової сфери; поведінкових аспектів; міжособистісних

відносин; внутрішньо групових взаємовідносин (сімейних, подружніх, колективних); дитячо-батьківських відносин.

в) за формою роботи з клієнтом: індивідуальні; групові; у закритій природній групі (сім'я, клас); у відкритій групі клієнтів зі схожими проблемами; індивідуально-групові (змішана група).

г) за масштабом вирішуваних завдань: загальні, спеціальні.

Загальна психокорекція передбачає заходи загальнокорекційного порядку, що нормалізують спеціальне мікросередовище особистості, які регулюють психофізичне, емоційне навантаження у відповідності з віковими та індивідуальними можливостями [11].

Спеціальна психокорекція - це комплекс прийомів, методик і організаційних форм роботи з клієнтом або групою клієнтів одного віку, які є найбільш ефективними для досягнення конкретних завдань формування особистості, окремих її властивостей або психічних функцій, що проявляються у відхиленнях поведінки та утрудненій адаптації (наприклад, сором'язливість, агресивність, невпевненість, асоціальність, конфліктність, аутичність, схильність до стереотипів, завищена самооцінка тощо.

Психокорекційна ситуація включає 5 основних елементів:

1. Людина, яка потребує психокорекційної допомоги (клієнт).
2. Людина, яка допомагає (психолог).
3. Теорія, яка використовується для пояснення проблем клієнта.
4. Набір процедур (технік, методів), що використовуються для вирішення проблем клієнта.
5. Спеціальні соціальні відносини між клієнтом і психологом. [14]

Вимоги до практичного психолога, що здійснює психокорекційні заходи в школі:

- знання теоретичних основ;
- знання загальних закономірностей психічного розвитку в онтогенезі;

- періодизації психічного розвитку;
- знання проблеми співвідношення навчання і розвитку;
- уявлення про основні теорії, моделі і типи особистості;
- знання про соціально-психологічні особливості групи;
- знання умов, що забезпечує особистісне зростання і творчий розвиток;
- особистісна готовність, яка передбачає наявність в психолога потреби іти не від себе, а від клієнта і його проблем [37].

Отже, психологічну корекцію науковці розглядають в двох напрямках: в широкому – як комплекс психолого-педагогічних впливів, спрямованих на виправлення в дітей недоліків у розвитку, і у вузькому – як метод психологічного впливу, спрямований на розвиток психічних процесів і функцій в дитини і гармонізацію розвитку його особистісних властивостей. Психокорекційний процес, як складна система, включає в себе як стратегічні, так і тактичні завдання (розробку методів і психокорекційних технік, форм проведення психокорекційної роботи, підбір і комплектування груп, тривалість і режим занять) [23].

Принципи побудови корекційних програм визначають стратегію, тактику їхньої розробки, тобто визначають цілі, задачі корекції, методи і засоби психологічного впливу. Тому психокорекційні програми розробляються на основі наступних принципів:

- системності корекційних, профілактичних і розвивальних задач;
- єдності діагностики і корекції;
- пріоритетності корекції причинного типу;
- діяльнісний принцип корекції;
- урахування вікових, психологічних й індивідуальних особливостей дитини;
- комплексності методів психологічного впливу;
- активного залучення соціального оточення до участі в корекційній програмі;

- опори на різні рівні організації психічних процесів;
- зростання складності;
- урахування обсягу і ступеня різноманітності матеріалу;
- урахування емоційного забарвлення матеріалу [37].

Проведенню психокорекційної роботи обов'язково повинен передувати етап комплексного діагностичного обстеження досліджуваної проблематики, що дозволяє виявити характер та інтенсивність труднощів розвитку, зробити висновок про їхні можливі причини і на підставі цього висновку сформулювати цілі й завдання корекційно-розвивальної програми.

Реалізація корекційно-розвивальної програми вимагає від психолога постійного контролю динаміки змін особистості, поведінки і діяльності, емоційних станів, почуттів і переживань підлітка. Такий контроль дозволяє внести необхідні корективи в програму, методи і засоби психологічного впливу, тобто, кожен крок у психокорекції має бути оцінений з точки зору його впливу з урахуванням кінцевих цілей програми [22]

Врахування індивідуальних особливостей особистості в межах вікової норми дозволяє визначити програму оптимізації розвитку кожної конкретної дитини. Принцип комплексності методів психологічного впливу закріплює необхідність використання всього розмаїття методів, технік і прийомів з арсеналу практичної психології. Принцип активного залучення найближчого соціального оточення до участі в корекційній програмі визначається найважливішою роллю людей з найближчого кола спілкування в психічному розвитку дитини [23].

Психокорекційний комплекс складається з чотирьох основних блоків:

1. Діагностичний блок.

Мета: діагностика особливостей розвитку особистості, виявлення факторів ризику, формування загальної програми психологічної корекції.

2. Настановний блок.

Мета: спонукання бажання взаємодіяти, зняття тривожності, підвищення впевненості клієнта у собі, формування бажання співпрацювати з психологом та що-небудь змінити у своєму житті.

3. Корекційний блок.

Мета: гармонізація та оптимізація розвитку клієнта, перехід від негативної фази розвитку до позитивної, оволодіння засобами взаємодії зі світом та самим собою, певними способами діяльності.

4. Блок оцінювання ефективності корекційних впливів.

Мета: вимірювання психологічного змісту та динаміки реакцій, сприяння появі позитивних поведінкових реакцій та переживань, стабілізація позитивної самооцінки.

Ефективність психокорекції визначається:

- змінами у внутрішньому світі, які відчуває клієнт;
- порівнянням результатів вхідної та вихідної психодіагностики (до та після роботи за програмою);
- експертною оцінкою (з боку батьків, вчителя та ін.);
- стійкістю змін у подальшому житті людини.

Основні компоненти професійної готовності до корекційного впливу.

1. Теоретичний компонент: знання теоретичних основ корекційної роботи, способів корекції та т.п.
2. Практичний компонент: володіння конкретними методами та методиками корекції.
3. Особистісна готовність: психологічна нророблепість у психолога власних проблем у тих сферах, які він має намір коректувати у клієнта.

У діагностичний блок входять діагностика психічного розвитку підлітка і діагностика його соціального середовища. Діагностика психічного розвитку підлітка орієнтованна на: всебічне психологічне вивчення особистості і системи взаємостосунків підлітка; аналіз мотиваційної його сфери; визначення рівня розвитку сенсорно-перцептивних та інтелектуальних процесів і функцій; діагностику його

соціального середовища (аналіз несприятливих чинників соціального середовища, які його травмують, порушують його психічний розвиток, впливають на формування характеру та соціальну адаптацію) [60].

Психокорекційний блок включає наступні завдання:

- допомогу підлітку у вирішенні психотравмуючих ситуацій;
- формування продуктивних видів взаємовідносин підлітка з оточуючими (в сім'ї, класі);
- підвищення соціального статусу підлітка в колективі;
- розвиток в підлітка компетентності у питаннях нормативної поведінки;
- формування і стимул сенсорно-перцептивних, мнемічних і інтелектуальних процесів у підлітка;
- розвиток і вдосконалення комунікативних функцій, емоційно-вольової регуляції поведінки підлітка;
- формування адекватних батьківських установок на соціально-психологічні проблеми підлітка шляхом активного залучення батьків в психокорекційний процес, корекція неадекватних методів виховання;
- створення в колективі підлітків атмосфери прийняття, доброзичливості, відкритості, взаєморозуміння та взаємоприйняття .

Оцінковий блок спрямований на аналіз змін пізнавальних процесів підлітка, його психічних станів, особистісних реакцій в результаті психокорекційних впливів. Критерії оцінки ефективності психологічної корекції вимагають врахування структури дефекту, механізмів його проявів, аналізу цілей психокорекції та використовуваних методів психологічного впливу. Результати психокорекційної роботи можуть проявлятися в підлітка в процесі роботи з ним, до моменту завершення психокорекційного процесу і протягом тривалого часу після закінчення занять. При оцінці поведінкових та емоційних реакцій підлітка краще поєднувати метод спостереження з проєктивними методами дослідження

особистості (кольорово-асоціативні тести, методика незакінчених речень, малюнкові тести) При оцінці ефективності корекції пізнавальних процесів в підлітків можна використовувати функціональні проби, результати педагогічних спостережень. Прогностичний блок психокорекції спрямований на проектування психофізіологічних функцій підлітка.

Отже, метою надання психологічної допомоги стосовно особистісного зростання в підлітковому віці дає можливість вирішити різні психологічні проблеми підлітків загалом. У своєму житті кожен доволі часто стикається з питаннями і проблемами, подолання яких можливе лише через звернення до психолога, оскільки визначальним чинником буття кожної людини є її прагнення досягти внутрішньої рівноваги, гармонії, єдності фізичного та психічного здоров'я та благополуччя. Тому в програми психокорекції особистісного розвитку та зростання підлітків потрібно включати заходи гармонізації зазначених процесів.

Гармонізація особистісного зростання підлітків передбачає оволодіння ними адекватними формами взаємодії з навколишнім світом з метою адаптації до соціуму, самореалізації та самоактуалізації.

Психологічним механізмом гармонізації характеру може стати духовно-моральна саморегуляція, спрямована на здійснення вольової саморегуляції поведінки підлітків на основі духовноморальних принципів (обов'язку, миру, любові, взаємоповаги). Моральність являється змістовою характеристикою емоційновольової активності й визначає конструктивність її характерологічного розвитку особистості в будь-якому віковому періоді. Психологічний механізм духовно-моральної саморегуляції має дві складові: духовно-моральну та емоційновольову. Взаємоузгоджена взаємодія духовно-моральних та емоційно-вольових якостей виконує детермінуючу функцію у процесі характероутворення. У разі несформованості емоційновольового компоненту підліток не здатен керувати власними почуттями і відповідати власним моральним вимогам, що сприяє формуванню м'яко-дисгармонійного характеру. Якщо

недостатньо сформована моральна складова, то вольова активність підлітка набуває аморально-деструктивного напрямку, і зумовлює формування жорстко дисгармонійного характеру. Несформованість обох компонентів визначає глибокий рівень дисгармонійності й проявляється аморальністю, емоційновольовою нестійкістю і соціально-психологічною дезадаптованістю особистості. Провідним компонентом духовноморальної саморегуляції є саме духовно-моральний, який за допомогою духовно-моральних регуляторів здійснює опосередкований вплив як на розвиток волі, так і на цілісну гармонізацію характеру особистості. Тому розвиток духовно морального компоненту доцільно здійснювати на основі духовноморальної самоактуалізації особистості (актуалізації духовнотворчих і морально-психологічних якостей) і починати цей процес потрібно саме в підлітковому віці [36].

Основними напрямками позитивного аспекту особистісного зростання підлітків можуть бути: плідна творчість, підвищення духовно-моральної активності (допомога тим, хто її потребує), духовний пошук (сенсу життя, релігійності, духовних цінностей), мистецтво, формування прагнення до самопізнання, самовдосконалення, прийняття цінностей добра, істини, краси як особистісних принципів, а також формування стійких духовно-релігійних якостей: віри, надії, любові.

Роблячи висновок, можемо зазначити, що основною умовою ефективності тренінгових занять, окрім позитивної мотивації її учасників, є поєднання тренінгової роботи із навчальною діяльністю, яка включає самодіагностику і зворотній зв'язок (у процесі участі у групових дискусіях, рольових іграх, виконання психогімнастичних вправ), а також складання та реалізація індивідуальних програм особистісного самовдосконалення. У тренінговій роботі використовують такі методичні прийоми, як ситуативно-рольові ігри, психогімнастика, групова дискусія та проєктивний малюнок.

Основним моментом системи тренінгових занять, що пропонуються для підлітків, є створення умов для обґрунтованого й аргументованого визначення особливостей їх власної Я-концепції, надання підтримки в розвитку позитивної Я-концепції, знаходження рецептів самовдосконалення та саморозвитку.

Результати апробації тренінгової програми корекції мотиваційної сфери та особистісного зростання у підлітковому віці аналізувалися за допомогою порівняльного аналізу досліджуваних показників мотиваційної сфери та особливостей Я-концепції підлітків до та після проведення тренінгових заходів.

За результатами аналізу змін в структурі полімотиваційних тенденцій в Я-концепції підлітків виявлено зниження кількості осіб з матеріальним потребами акізитівної (матеріальної) мотивації, пугнічною мотивацією та з мотивацією уникнення неприємностей, а також зростання кількості осіб з комунікативною, пізнавальною, трудовою, нормативною, з мотивацією прагнення до досконалості та мотивацією позитивного ставлення до інших людей.

Після проведення тренінгу виявлено зміни особливостей Я-концепції підлітків. За шкалою поведінки: зменшилась кількість підлітків з поведінкою, що не відповідає вимогам дорослих та зросла кількість підлітків з реалістичним ставленням до своєї поведінки.

За шкалою інтелекту: зменшилась кількість підлітків з низькою самооцінкою інтелекту та шкільної успішності, зросла кількість підлітків з високим рівнем самооцінки, що відповідає рівню їхньої реальної успішності, зросла кількість підлітків з середнім рівнем самооцінки інтелекту і шкільної успішності.

За шкалою «ситуація в школі»: знизилась кількість підлітків з оцінкою шкільної ситуації як несприятливої, зросла кількість підлітків з нейтральним ставленням до школи та з позитивним сприйняттям шкільної ситуації.

За шкалою тривожності: знизилась кількість підлітків з високим рівнем тривожності, які потребують психологічної допомоги; зросла кількість підлітків з середнім рівнем тривожності та з низькою (адаптивною) тривожністю, що свідчить відповідне зростання кількості підлітків з високим рівнем їхнього емоційного благополуччя;

За шкалою спілкування: знизилася кількість підлітків з низькою самооцінкою популярності серед однолітків та зросла кількість підлітків з середнім рівнем самооцінки популярності серед однолітків і з високою самооцінкою в спілкуванні.

За шкалою впевненості у собі: знизилася кількість підлітків з надмірно високим ступенем впевненості в собі і невпевнених у власних силах підлітків та зросла кількість підлітків з середнім ступенем впевненості в собі та реалістичної самооцінки.

За шкалами зовнішності, фізичної привабливості, фізичного розвитку, щастя та задоволеності, «стан в сім'ї» змін після проведення тренінгової програми корекції особистісного зростання у підлітковому віці не виявлено.

У досліджуваній групі підлітків після проведення корекції мотиваційної сфери та особистісного зростання у підлітковому віці зросла кількість підлітків з дуже високим рівнем самоставлення, що може свідчити про зростання кількості підлітків з високими показниками самоприйняття, самовпевненості, самоінтересу, очікування позитивного ставлення з боку інших осіб та здатність до близьких контактів, а також про емоційне, безумовне прийняття себе такими, якими вони є, з чеснотами та недоліками та з високим рівнем самоставлення; знизилась кількість підлітків з надмірно високим, середнім та низьким рівнями самоставлення, що характеризується позитивно.

Загалом після проведення тренінгової програми корекції мотиваційної сфери та особистісного зростання у підлітковому віці виявлено позитивні зміни у потребі досягнення мети (успіху), у структурі

полімотиваційних тенденції Я-концепції підлітків та у показниках загальної задоволеності власною особистістю (позитивність самоставлення) підлітків.

Висновки до розділу 3

Підсумовуючи, можемо сказати, що мотивація до навчання у підлітковому віці є важливим аспектом формування особистості. Для її стимулювання використовуються різноманітні прийоми, які враховують психологічні, соціальні та освітні особливості цього вікового періоду.

Важливим аспектом для розвитку мотивації у підлітковому віці є гейміфікація навчального процесу. Впровадження елементів гри в навчання значно підвищує зацікавленість підлітків. Це може включати такі елементи як навчальні ігри, конкурси та змагання. Для заохочення важливо використовувати систему балів і винагород за досягнення (наприклад, сертифікати чи похвалу). Цікавими є віртуальні квести або інтерактивні вікторини, які розвивають навички співпраці, логічного мислення та креативності.

Використання нових інформаційних технології допомагають зробити навчання більш цікавим та доступним. До них можемо віднести: інтерактивні дошки, планшети, освітні платформи, відеоматеріали, мультимедіа та інтерактивні завдання, самостійний пошук додаткової інформації через інтернет.

Соціальна взаємодія теж є одним із важливих аспектів мотиваційної сфери. Це і організація спільної роботи з однолітками, взаємонавчання та рецензування робіт однокласників, постановка запитань до вчителів і товаришів, участь у дискусіях, спільне виконання проєктів чи групових завдань.

Важливим аспектом мотивації є надання вибору. Дозволяючи підліткам обирати теми для досліджень або форми виконання завдань, можна значно підвищити їхню залученість у процес навчання. Це дає їм більше контролю над власним навчанням і сприяє розвитку відповідальності.

Створення сприятливого середовища займає не останнє місце в навчанні підлітків. Вони краще сприймають процес навчання, якщо воно проходить у комфортному середовищі: викладання матеріалу з використанням яскравих прикладів і практичного застосування знань, зв'язок навчального матеріалу з життєвими цілями учнів, підтримка довірливих стосунків між учнями та викладачами.

Важливим є індивідуальний підхід. Врахування особистих інтересів і потреб кожного учня дозволяє адаптувати завдання відповідно до його здібностей, а саме: підбір завдань різного рівня складності, надання додаткової допомоги слабшим учням, залучення до проєктів чи тем, які відповідають їхнім інтересам.

Застосування цих прийомів сприяє активізації пізнавальної діяльності підлітків, формуванню внутрішньої мотивації та позитивного ставлення до навчання.

Проведення психологічної корекції та гармонізації особистісного зростання у підлітковому віці є важливим процесом, спрямованим на підтримку розвитку особистості, подолання труднощів та формування гармонійної самосвідомості. Основні аспекти цього процесу включають різноманітні напрямки психологічної корекції

Корекція поведінкових проблем включає роботу з агресивною поведінкою через релаксаційні техніки (глибоке дихання, прогресивна м'язова релаксація) та когнітивно-поведінкову терапію (КПТ) для зміни негативних мисленнєвих патернів. Зменшення тривожності відбувається за допомогою діагностики емоційного стану, роботи з негативними думками та навчання альтернативним способам реагування.

Розвиток емоційно-вольової сфери можна здобути через використання арт-терапії (малювання емоцій, створення колажів) для усвідомлення почуттів і вираження емоцій. Навчання саморегуляції можна досягти через дихальні техніки, медитації та тілесно-орієнтовану терапію.

Соціалізація та комунікативні навички досягаються через групову психотерапію для розвитку конструктивного спілкування, розуміння емоцій та отримання підтримки однолітків, навчання навичкам вирішення конфліктів і прийняття рішень, гармонізацію особистісного зростання

Гармонійний розвиток особистості базується на збалансованому розвитку фізичної, інтелектуальної, емоційно-вольової та духовної сфер. Важливим є підтримка здорового способу життя, позитивного мислення, розвиток стресостійкості та моральної саморегуляції, формування здатності до самоаналізу, креативності та прийняття рішень, розвиток духовних цінностей, пошук сенсу життя і мотивації до самовдосконалення.

Застосовуються різні методи й техніки роботи. Зокрема це й когнітивно-поведінкова терапія, і арт-терапія, і тілесно-орієнтована терапія. Важливим є психологічний супровід: одночасна робота з учнями, батьками й учителями.

Психокорекції поділяється на декілька етапів. Діагностичний етап полягає у виявленні проблем поведінки, рівня тривожності та соціального оточення через тести й бесіди. Планування корекції залежить від формування індивідуальної програми роботи з підлітком. Корекційний етап залежить від реалізації методик для зміни поведінкових моделей і розвитку нових навичок. Важливим етапом є закріплення результатів, що полягає в контролі ефективності програми через певний час після завершення роботи.

Таким чином, психологічна корекція підлітків спрямована на комплексний розвиток їхньої особистості, враховуючи вікові особливості та індивідуальні потреби.

ВИСНОВКИ

Підсумовуючи, маємо визначити, що всі поставлені перед нами завдання було виконано. У результаті проведеного теоретичного аналізу з проблеми психологічних особливостей дітей підліткового віку, нам вдалося визначити основні новоутворення, що належать до цього періоду розвитку. Це формування самоідентифікації, бурхливий психофізіологічний розвиток, перебудова соціальної активності та власних навичок, пошук власного стилю та індивідуальності, а також встановлення здорових звичок і цінностей. Підлітковий вік багатий драматичними переживаннями, труднощами й кризами. У цей період складаються й оформлюються стійкі форми поведінки, риси вдачі, способи емоційного реагування, це пора досягнень, стрімкого нарощування знань, умінь, становлення власного «Я», отримання нової соціальної позиції. Разом з тим це вік втрати дитячого світовідчуття, поява відчуття тривожності і психологічного дискомфорту, період дослідження світу дорослих стосунків та взаємин, встановлення власних цілей і бажань, розвиток своїх інтересів та хобі.

Робота практичного психолога займає важливе місце в роботі з підлітками. Він допомагає їм зрозуміти свої емоції, вирішити конфлікти, зберегти позитивні відносини зі своїми ровесниками та дорослими. Психологи можуть використовувати різні терапевтичні методи, такі як когнітивно-поведінкова терапія, розмовна та ігрова терапія для вирішення таких проблем, як тривога, депресія поведінкові проблеми та самооцінка. Крім того психологи можуть працювати з батьками та вчителями, щоб надати підліткам комплексну підтримку. Психолог може працювати з підлітками над розвитком навичок комунікації, самоконтролю та здорових стратегій подолання стресу. Важливо, щоб практичний психолог був емпатичним, терплячим та мав здатність сприймати світ підлітків з їхньої

точки зору. Це може допомогти підтримати підлітків у складних ситуаціях та сприяти їхньому розвитку та самовдосконаленню.

Оцінюючи відносини підлітків з класом, можемо зробити висновки, що діти мають природну потребу належати до колективу і бути прийнятими спільнотою. Це важлива фаза їхнього розвитку, коли вони шукають своє місце в суспільстві та встановлюють взаємини з ровесниками. Необхідно підтримувати позитивний колективний дух, сприяти командній роботі та розвивати навички співпраці. Також важливо створити безпечне середовище, де підлітки почувають себе комфортно й вільно висловлюють свої ідеї та думки.

Діагностуючи здатність підлітків до навчання, можемо зазначити, що інтелектуальна лабільність підлітків може залежати від різних факторів, таких як індивідуальні особливості кожної людини, рівень мотивації, психологічний стан, рівень інтелекту та розвитку мозку, генетика, підтримка від батьків, учителів та інших дорослих, які їх оточують. Важливим є середовище, у якому зростають підлітки, рівень стимуляції до навчання, які вони отримують, а також взаємодія з різними видами інформації та досвідом. Важливо враховувати індивідуальні потреби та інтереси підлітків, їхній стиль навчання та способи взаємодії з інформацією. Підлітки мають великий потенціал для навчання. Фізичний та емоційний стан підлітка, його розвиток та внутрішні психологічні фактори, такі як віра в свої здібності, також можуть впливати на його здатність до навчання.

Вивчаючи мотивацію пізнавальної спрямованості підлітка, можна зробити висновок, що необхідно спонукати підлітків на навчання, а не на отримання оцінок. Виставлення балів може бути корисним інструментом для оцінки знань та навичок учнів, але справжня мотивація повинна ґрунтуватися на бажанні здобути знання, розвивати навички та досягти особистого зростання. Потрібно створити стимулююче середовище, де вони будуть відчувати себе важливими та розвивати індивідуальні

інтереси. Важливо показувати підліткам, як навчання може вплинути на їхнє майбутнє і допомогти їм реалізувати свій потенціал.

Аналізуючи сучасні дослідження психолого-педагогічного характеру, ми побачили, що мотивація навчальної діяльності має багаторівневий динамічний характер. Його структура залежить не лише від організації навчальної діяльності, але й від особливих психологічних особливостей як учителя так і учня.

Формування мотивів, що мають спонукати до навчання, та їх реалізація в реальних умовах є основним завданням як школи, так і психолога. Необхідно пам'ятати, що ефективність індивідуальної діяльності підлітка безпосередньо залежить від мотивації і, яка може компенсувати недолік інших важливих якостей, таких як поганий стан здоров'я та нечітку організацію навчального процесу.

Становлення і розвиток підлітка здійснюється завдяки взаємовпливу діяльності на мотивацію і мотивації на діяльність. В наслідок розвитку мотивації відбувається свідоме засвоєння навчальних норм, потягів, вимог поведінки – відбувається розширення, зміна діяльності.

Зміст навчального матеріалу, доцільні прийоми його викладу, характер організації навчання, а також організація самостійної розумової праці учнів є джерелом заохочення і розвитку мотивації навчальної діяльності. А створення ситуацій успіху та невдачі є важливим чинником розвитку навчальної мотивації у школярів-підлітків. Напрямам, які допомагають вихованню та розвитку потрібної мотивації є гуманістичні концепції виховання (уникнення конфліктів, створення атмосфери довіри, доброзичливості, внутрішньої свободи), аргументування особистісної практичної значущості здібностей, знань та умінь.

Дослідження основ мотиваційної сфери в підлітків дозволило з'ясувати ряд ключових аспектів, що визначають їхню мотивацію до навчання та досягнень. Особливості становлення мотиваційних досягнень

у підлітковому віці пов'язані з встановленням соціальних зв'язків та розвитком особистісних цінностей. Цей період визначений нерідким розходженням між зовнішньою та внутрішньою мотивацією, яка впливає на міцність мотиваційного відношення.

Мотивація в навчанні – це комплексне явище, що включає в себе різні внутрішні та зовнішні фактори, які впливають на успіхи в навчальній діяльності учня, на вибір профілю навчання, дисциплін, які є цікавими для кожного учня.

У результаті дослідження нами було визначено основні принципи мотивації, серед яких основну роль відіграє індивідуальний підхід до кожного з учнів, створення для нього позитивного середовища та врахування його особистісних інтересів та потреб.

Розвиток мотиваційних досягнень тісно пов'язаний із психологічними особливостями учнів, зокрема із самооцінкою, ступенем самостійності в навчанні, а також із емоційною стійкістю підлітків.

У підлітковому віці виявлено значні зміни в мотиваційній сфері учнів, які пов'язані з формуванням власного бачення, осмисленням особистісного «я» та соціальної взаємодії. Визначено, що формування ціннісного відношення до навчання відбувається шляхом взаємодії педагогічного впливу та внутрішніх цінностей підлітка, саме через це є важливим стимулювати позитивні якості та допомагати учням розуміти важливість навчання.

Вимагає комплексного підходу успішна мотивація в навчальній діяльності. Вона враховує індивідуальні особливості кожного учня, психологічні риси та соціокультурний контекст розвитку кожної особистості. Організація навчального процесу полягає у створенні позитивного середовища та врахування особистісних цінностей, впливає не лише на формування мотивації, але й розвиває позитивне ставлення до навчання, що має велике значення для досягнення високих результатів в навчальній діяльності та особистісному розвитку учнів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алексютенко Н.М. Особливості становлення мотивації досягнення в підлітковому віці: Випускна кваліфікаційна робота. Умань, 2023. 89 с.
2. Вікова психологія. Конспект лекцій для студентів напряму підготовки 6.130102 «Соціальна робота» усіх форм навчання / Укл.: Дем'яненко Ю. О, Мазур Т. В. Чернігів: ЧДТУ, 2013. 112 с
3. Вольщикова Т.В. Мотивація учбової діяльності підлітка в умовах дистанційного навчання
URI: <http://elibrary.kdpu.edu.ua/xmlui/handle/123456789/10335> (дата звернення: 02.05.2025)
4. Балахтар Соціально-психологічний тренінг і маніпуляція : навч.-метод. посіб. Вижниця : Видавництво «Черемош», 2015. 432 с.
5. Близнюкова О. М., Міненко О.О. Консультування підлітків: Практичні моделі взаємодії./ *№ 1 (2023): Наукові записки. Серія: Психологія* с. 7-13
6. Булавінов А. Б. Локус контролю у юнацькому віці. *Вісник Київського інституту бізнесу та технологій.* № 3 (41). Спецвипуск. Київ : КІБіТ, 2019. С. 115–116.
7. Булах І.С. Психологія особистісного зростання підлітків: реалії та перспективи. / І.С. Булах: монографія. Вінниця, ТОВ «Нілан-ЛТД», 2016. 340 с.
8. Горбатко Ю. Особливості застосування методу проектів у вищій школі. *Вісник Київського інституту бізнесу та технологій.* № 3 (41). Спецвипуск. Київ : КІБіТ, 2019. С. 70–71.
9. Діагностика структури навчальної мотивації школяра
https://osnova.com.ua/diagnostika-motivatsii-uchniv-serednoi-ta-starshoi-shkoli/?srsrtid=AfmBOooRg_Qt41m1dKHrezxdcfMUaaVI9FqFd-T0FfuMP5GxidaXFzhV (дата звернення 13.12.2024)
10. Дуткевич Т. В. Дитяча психологія. Навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури, 2012. 424 с.

11. Заїкіна Г. Л., Лобанова В. І. Принципи використання психокорекції у навчально-виховному процесі. *Молодий вчений*. 2016. №11.1(38.1). С. 44–46.
12. Занюк С. С. Психологія мотивації: навч. посібник. Київ: Либідь, 2022. 304 с
13. Засєкіна Л. В., Коць Є. М. Вплив ранніх дисфункційних схем на прояв соціальної тривожності особистості. Соціокультурні та психологічні виміри становлення особистості: *матеріали Всеукраїнської (із міжнародною участю) науково-практичної конференції*. Херсон: Видавничий дім «Гельветика», 2017. С. 46-48.
14. Зарецька-Котруце І. «Нічого не хочу і не буду»: Як повернути дітям мотивацію? <https://osvitoria.media/> (дата звернення: 25.03. 2025)
15. Зливков В.Л., Лукомська С.О. Сучасні тренінгові технології розвитку особистості в освіті. Київ. 2022. 184 с.
16. Зливков В. Л., Лукомська С. О. До питання про інтеграцію сучасних теорій ідентичності. *Раціогуманістичні студії*: зб. тез наук. доповідей методологічного семінару / відп. ред. В. Л. Зливков; укладачі С. О. Лукомська, О. В. Котух. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. 2020. С. 46–50.
17. Зоріна В. І. Ідеальний образ дорослого як чинник особистісного розвитку підлітка : автореф. дис.... канд. психол. наук : спец. 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. Київ. 2017. 23 с.
18. Іванова О. В., Москалюк Л. М., Корсун С. І. Психологія: вступ до спеціальності : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2013. 184 с.
19. Іллін Є. П. Мотивація і мотиви. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2018. 512 с.
20. Кісарчук З. Г., Омельченко Я. М. та ін. Теорія і технології застосування сучасних підходів до психотерапії у вітчизняних соціокультурних умовах. Київ-Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2014. 162 с.

21. Кісіль З.Р., Швець Д.В. Мотивація діяльності людини: Навчальний посібник у схемах, таблицях, коментарях . Одеса: Видавництво ОДУВС, 2023. 154 с.
22. Кононова М. М. Практикум із дисциплін «Основи психокорекції та психоконсультування в умовах інклюзії» і «Основи психотренінгу осіб з тяжкими порушеннями мовлення»: навчально-методичний посібник. Полтава: ПНПУ імені В. Г.Короленка. 2020. 191 с
23. Корекційний напрямок в системі роботи практичного психолога навчального закладу : інформаційно-методичний посібник. Первомайськ, 2014. 36 с.
24. Костенко Т.М., Кобильченко В.В., Довгопола К.С. Особистісно-орієнтовані технології навчання дітей з порушеннями зору в загальноосвітньому просторі : навчально-методичний посібник. Київ, 2020. 280 с
25. Коць Є. М. Психологічні особливості когнітивно-поведінкових стратегій осіб із соціальною тривожністю: дис. ... кандидата психол. наук: 19.00.01. Луцьк, 2018. 213 с.
26. Крейдун, Н.П., Сорока, А.В. Прикладна психологія: навчальний посібник. Харків : Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна. 2015
27. Кузікова С. Б. Теорія і практика вікової психокорекції : навчальний посібник. 2-ге видання, перероблене, доповнене. Суми : Університетська книга, 2020. 304 с.
28. Купченко Д.С. Особливості психосоціального розвитку особистості в підлітковому віці. Випускна кваліфікаційна робота: освітній ступінь бакалавр. Умань, 2024. 89 с.
29. Лапіна Г. О. Формування мотивації навчання молодших школярів / Г. О. Лапіна // *Початкове навчання та виховання: Науково – методичний журнал*. Харків, 2011, № 25. С. 2-25.

30. Лой І.О. Методи роботи психолога з підлітками. Психолого-педагогічні чинники формування професійної компетентності кваліфікованих робітників в умовах воєнного стану: *електронний збірник Матеріалів регіонального науково-практичного семінару*, м. Біла Церква, 26 квітня 2024 р. / упорядники: В. С. Кулішов, І. В. Пахомов. Біла Церква: БІНПО ДЗВО «УМО» НАПН України, 2024. С. 214-216.
31. Методичні рекомендації до виконання та оформлення кваліфікаційної роботи магістра для здобувачів вищої освіти спеціальності 053 «Психологія» заочної форми навчання / упорядники Н.Г. Торба, О.Й. Фурс. Біла Церква: БІНПО ДЗВО «УМО» НАПН України, 2023. 60 с.
32. Найкращі практики роботи з підлітками. Методичний посібник / І.О. Нерубасєва, А.П. Павловський, А.В. Шебардіна. Київ, 2020. 180 с.
33. Нечереда В.Б., Кириченко В.І. Підлітки уразливих категорій: типологія і особливості виховання в умовах закладів загальної середньої освіти: методичний посібник. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2019. С. 134 с.
34. Особливості навчальної діяльності підлітка http://megalib.com.ua/content/5656_5_Osoblivosti_navchalnoi_diyalnosti_pidlitka.html (дата звернення: 14. 01.2025)
35. Особливості тривожності сучасних підлітків / Вереніч Н. // Підліток: як йому допомогти. – К. 2004. С.60-65.
36. Павлик Н. В. Психологія гармонізації характеру в юнацькому віці : монографія. Київ : Логос, 2015. 383 с.
37. Практикум із групової психокорекції: підручник / С. Д. Максименко, О. О. Прокоф'єва, О. В. Царькова, О. В. Кочкурова. Мелітополь: Видавничо-поліграфічний центр «Люкс», 2015. 414 с.
38. Підлітковий вік. Криза. Відсутність мотивації до навчання. Що робити? https://bckolegium.com.ua/spilnota/soc_ps_slugba/3031-pdltkoviy-vk-kriza-vdsutnst-motivacyi-do-navchannya-scho-robiti.html (дата звернення: 13.03.2025)

39. Прикладні аспекти діяльності психологів та соціальних працівників в соціономічній сфері : колективна монографія / Н. В. Волинець, С. М. Кондратюк, Л. В. Левицька, О. С. Ковтун та ін. ; за ред. Н. В. Волинець. Київ : Університет «Україна», 2023. 544 с.
40. Прищепа, С. М. Особистісна активність підлітка: сутність, діагностика, проектування : монографія / С. М. Прищепа. Умань : ФОП Жовтий О. О., 2015. 191 с.
41. Психологічна безпека освітнього середовища : навчально-методичний посібник / упоряд. : В. В. Байдик, Н. О. Столбун. Харків : Друкарня Мадрид, 2019. 100 с.
42. Психологічна діагностика мотивації особистості до навчання в умовах інформаційного суспільства : монографія / Н. В. Пророк, Л. О. Кондратенко, Л. М. Манилова та ін. ; за ред. Н. В. Пророк. Київ : Видавничий Дім «Слово», 2020. 131 с.
43. Психологічна допомога підліткам з низькою мотивацією до навчання. <https://psychologist.com.ua/psixologichna-dopomoga-pidlitkam-z-nizkoyu-motivatsieyu-do-navchannya-efektivni-metodi-ta-praktiki> (дата звернення: 20.02.2025)
44. Психологічна служба в системі освіти: Курс лекцій. / Укладач: І.С. Загурська. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І.Франка, 2015. 166 с.
45. Психологія особистісного зростання підлітків: реалії та перспективи. / І.С. Булах: монографія. Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД», 2016. С. 340
46. Психологія розвитку особистості у підлітковому та ранньому юнацькому віці. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / за ред. К.В. Седих. Полтава : Астроя, 2018. 342 с.
47. Психолого-педагогічні чинники формування професійної компетентності кваліфікованих робітників в умовах воєнного стану: електронний збірник Матеріалів регіонального науково-практичного семінару, м. Біла Церква, 26 квітня 2024 р. / упорядники: В. С. Кулішов, І.

В. Пахомов. Біла Церква: БІНПО ДЗВО «УМО» НАПН України, 2024. 298 с.

48. Робота психолога з підлітками у період підліткової кризи: методичний посібник. Хмельницький; Відділ освіти, молоді та спорту Хмельницької районної адміністрації. , 2014.

49. Робота психолога з підлітками.
https://stud.com.ua/82689/psihologiya/robota_psihologa_pidlitkami (дата звернення 02.01.2024)

50. Сватенкова Т. І. Професійна діяльність психолога: тимчасові дитячі та підліткові групи: навчальний посібник для студентів навчальних закладів III–IV рівнів акредитації для спеціальності "Психологія". Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2019. 247 с.

51. Сеньковська О. Особливості мотивації до навчальної діяльності у молодшому шкільному віці. *Студентський науковий вісник*. 2016. № 40. С. 95-98

52. Сідова Н.В. Загальна характеристика дитячого колективу і шляхи його формування <https://vseosvita.ua/library/embed/01005dpz-e970.docx.html/> (дата звернення: 11.12.2024)

53.Сприйняття групи індивідом
https://stud.com.ua/82695/psihologiya/otsinka_vidnosin_pidlitka_klasom (дата звернення: 12.01.2024)

54. Столична освіта: якість в умовах воєнного стану. Порадник IV. С81 З досвіду роботи освітян міста Києва : навч.-метод. посіб. У 2-х ч. Ч. 2. / Упоряд.: Фіданян О.Г., Войцехівський М.Ф., Дідур О.О. Київ : Київ. ун-т ім. Б. Грінченка, 2023. 416 с

55. Токарева Н. М. Сучасний підліток у системі психолого-педагогічного супроводу : монографія / Н. М. Токарева, А. В. Шамне, Н. М. Макаренко. Кривий Ріг, 2014 . 312 с.

56. Токарева Н. М. Психологія комунікативного моделювання особистісних конструктів у підлітковому віці: дис. доктора психол. наук : спец. 19.00.07. – педагогічна та вікова психологія. Київ. 2015. 530 с.
57. Турчак О. М. Ефективність когнітивно-поведінкового тренінгу як засобу зниження вербальних проявів тривожності у ситуаціях емоційної напруги. *East European Journal of Psycholinguistics*. 2015. № 1. С. 141-150.
58. Ульянова Т. Ю. Індивідуально-психологічні особливості конфліктності як властивості особистості: дис... канд. психол. наук : спец. 19.00.01. – загальна психологія, психологія особистості, історія психологія. Одеса. 2017. 256 с.
59. Форми і методи роботи практичного психолога з дітьми та учнями.
<https://я-психолог.укр/index.html> (дата звернення 12.02.2024)
60. Чаусова, Т. В. Особливості формування мотиваційної сфери навчання підлітків. *Вісник післядипломної освіти. Серія: Соціальні та поведінкові науки*. № 6 .2018. с. 121-134.
61. Чеботарьова О. В., Гладченко І. В., Ярмола Н. А. Основи діагностичної діяльності корекційного педагога в роботі з дітьми з комплексними порушеннями розвитку : методичні рекомендації. Київ, 2019. 46 с.
62. Шамне А. В. Теорія та практика психосоціального розвитку у підлітково-юнацькому віці : монографія. Київ : ТОВ ВВП «Інтерсервіс». 2015. 488 с
63. Щербан Т. Д. Психологічні особливості навчальної мотивації підлітків / Т. Д. Щербан, В. В. Гоблик, Г. В. Щербан// Науковий вісник Мукачівського державного університету. Серія "Педагогіка та психологія" : збірник наукових праць / гол.ред. Г. В. Товканець. Мукачево, 2019. Випуск 2(10). Ч.2. С.100-104
64. Як ти? Уроки з психології для школярів (10–14 років) : навч.-метод. посіб. для педагогів і психологів / Алексеева О. та інші. Київ, 2024. 347 с.

65. Ясточкіна І. А. Прояви тривожності серед студентської молоді. *Вісник Запорізького національного університету*. Педагогічні науки. 2014. № 1. С. 173-180
66. Як підтримувати позитивну мотивацію у підлітків – поради психолога. <https://psychologist.com.ua/yak-pidtrimuvati-pozitivnu-motivatsiyu-u-pidlitkiv-poradi-psixologa> (дата звернення 23.12.2024)
67. Як допомогти підлітку у складних ситуаціях: важливі поради для батьків. <https://psychologist.com.ua/metodi-psixologichnoi-dopomogi-pidlitkam-poradi-dlya-batkiv> (дата звернення: 14.12.2024)
68. Abar, C.C., Farnett, S., Mendola, K., Koban, K., & Sarra, Sh. (2018). Relationships between parent-child social media interactions and health behaviors. *Journal of Substance Use*, 23(3), P. 335–337.
69. Jennifer E. Symonds's. The Development of Motivation and Amotivation to Study and Work across Age-Graded Transitions in Adolescence and Young Adulthood :*Journal of Youth and Adolescence* 48(6), June 2019. P 1131–1145
70. Misca G., Unwin P. Child and adolescent psychology for social work and allied professions. Applied perspectives. London: Red Globe Press. 2019. 203 p.
71. Motivation: How to motivate your teenager. An interview with eminent Psychologist David Yeager. <https://www.teenagersuntangled.com/motivation-how-to-motivate-your-teenager-and-why-blame-and-shame-doesnt-work/> (дата звернення: 27.02.2025)
72. Zeidner M. What we know about Emotional Intelligence. How it Affects Learning, Work, Relationships and our Mental Health. Massachusetts Institute of Technology, 2009. 442 p.

ДОДАТКИ

Додаток А

Тест "Сприйняття групи індивідом"

Запропонована методика дозволяє виявити три можливих типи сприйняття підлітком групи (індивідуальний, прагматичний та колективний), при цьому в якості показника типу сприйняття виступає роль групи в індивідуальній діяльності учня.

Тип 1. Індивід сприймає групу як перешкоду своїй діяльності або ставиться до неї нейтрально. Група не представляє собою самостійної цінності для індивіда, що проявляється в ухиленні від спільних форм діяльності, переважає індивідуальна робота, спостерігається обмеження контактів. Цей тип сприйняття індивідом групи можна назвати *індивідуальним*.

Тип 2. Індивід сприймає групу як засіб, що сприяє досягненню тих чи інших індивідуальних цілей, при цьому група сприймається й оцінюється з точки зору її користі для індивіда. Перевага віддається більш компетентним членам групи, здатним надати допомогу, взяти на себе вирішення складної проблеми чи послужити джерелом необхідної інформації. Даний тип сприйняття індивідом групи можна назвати *прагматичним*.

Тип 3. Індивід сприймає групу як самостійну цінність. На перший план для нього виступають проблеми групи та окремих її учасників; спостерігається зацікавленість як в успіхах кожного учасника групи, так і групи в цілому, спостерігається прагнення внести свій внесок у групову діяльність. Виявляється потреба в колективних формах роботи. Цей тип сприйняття індивідом своєї групи може бути названий *колективним*.

На підставі трьох описаних гіпотетичних типів сприйняття індивідом групи розроблена спеціальна анкета, що виявляє переважання того чи іншого типу сприйняття групи в досліджуваного індивіда.

Анкета складається з 14 пунктів-суджень, що містять три альтернативні варіанти дослідження. У кожному пункті альтернативи розташовані у випадковому порядку. Кожна альтернатива відповідає певному типу сприйняття індивідом групи. По кожному пункту анкети випробовувані повинні вибрати найбільш підходящу їм альтернативу відповідно до запропонованої інструкції.

Інструкція для випробуваного

Ми проводимо спеціальне дослідження з метою поліпшення організації навчального процесу. Ваші відповіді на питання анкети допомагають нам в цьому. На кожен пункт анкети можливі три відповіді, позначені буквами "а", "б" і "в". Із відповідей на кожен пункт виберіть той, який найбільш точно виражає вашу точку зору. Пам'ятайте, що "правильних" або "неправильних" відповідей у даній анкеті немає. На кожне питання може бути обраний лише один варіант відповіді.

ТЕСТОВИЙ МАТЕРІАЛ

1. Кращими партнерами в групі я вважаю тих, хто:
 - а) знає більше, ніж я;
 - б) всі питання прагне вирішувати спільно;
 - в) не відволікає увагу викладача.
2. Кращими викладачами є ті, які:
 - а) використовують індивідуальний підхід;
 - б) створюють умови для допомоги з боку інших;
 - в) створюють в колективі атмосферу, в якій ніхто не боїться висловлюватися.
3. Я радий, коли мої друзі:
 - а) знають більше, ніж я, і можуть мені допомогти;
 - б) вміють самотійно, не заважаючи іншим, домагатися успіхів;
 - в) допомагають іншим, коли випаде нагода.
4. Найбільше мені подобається, коли в групі:
 - а) нікому допомагати;

б) не заважають при виконанні завдання;

в) інші слабше підготовлені, ніж я.

5. Мені здається, що я здатний на максимальне, коли:

а) я можу отримати допомогу і підтримку з боку інших;

б) мої зусилля досить винагороджені;

в) є можливість проявити ініціативу, корисну для всіх.

6. Мені подобаються колективи, в яких:

а) кожен зацікавлений у поліпшенні результатів всіх;

б) кожен зайнятий своєю справою і не заважає іншим;

в) кожна людина може використовувати інших для вирішення своїх завдань.

7. Учні оцінюють як найгірших таких викладачів, які:

а) створюють дух суперництва між учнями;

б) не приділяють їм достатньої уваги;

в) не створюють умов для того, щоб група допомагала їм.

8. Найбільше задоволення в житті дає:

а) можливість роботи, коли тобі ніхто не заважає;

б) можливість отримання нової інформації від інших людей;

в) можливість зробити корисне іншим людям.

9. Основна роль повинна полягати:

а) у вихованні людей з розвиненим почуттям обов'язку перед іншими;

б) в підготовці пристосованих до самостійного життя людей;

в) в підготовці людей, які вміють витягати допомогу від спілкування з іншими людьми.

10. Якщо перед групою стоїть якась - то проблема, то я:

а) вважаю за краще, щоб інші вирішували цю проблему;

б) вважаю за краще працювати самостійно, не покладаючись на інших;

в) прагну внести свій вклад в спільне вирішення проблеми.

11. Найкраще я б навчався, якби викладач:

а) мав до мене індивідуальний підхід;

- б) створював умови для отримання мною допомоги з боку інших;
- в) заохочував ініціативу учнів, спрямовану на досягнення загального успіху.

12. Немає нічого гіршого того випадку, коли:

- а) ти не в змозі самотійно досягти успіху;
- б) відчуваєш себе непотрібним в групі;
- в) тобі не допомагають оточуючі.

13. Найбільше я ціную:

- а) особистий успіх, в якому є частка заслуги моїх друзів;
- б) загальний успіх, в якому є і моя заслуга;
- в) успіх, досягнутий ціною власних зусиль.

14. Я хотів би:

- а) працювати в колективі, в якому застосовуються основні прийоми і методи спільної роботи;
- б) працювати індивідуально з викладачем;
- в) працювати з досвідченими в даній сфері людьми.

ОБРОБКА РЕЗУЛЬТАТІВ

На підставі відповідей випробовуваних за допомогою ключа проводиться підрахунок балів по кожному типу сприйняття індивідом групи. Кожному обраному варіанту відповіді приписується один бал. Бали, набрані випробовуваним по всіх 14 пунктах анкети, сумуються для кожного типу сприйняття окремо, при цьому загальна сума балів за всіма трьома типами сприйняття для кожного випробовуваного повинна дорівнювати 14. При обробці даних індивідуальний тип сприйняття індивідом групи позначається буквою "І", прагматичний - буквою "П", колективний - "К". Результати кожного випробовуваного записуються у вигляді многочлена $nI + n\P + nK$, де n - кількість балів, отриманих випробовуваним по індивідуальному, прагматичному чи колективному типу

Наприклад: $4I + 6\P + 4K$.

КЛЮЧ ДЛЯ ОБРОБКИ АНКЕТИ

Тип сприйняття індивідом групи

Індивідуальний	Колективний	Прагматичний
1в	1б	1а
8а	8в	8б
2а	2в	2б
9б	9а	9в
3б	3в	3а
10б	10в	10а
4б	4а	4в
11а	11в	11б
5б	5в	5а
12а	12б	12в
6б	6а	6в
13в	13б	13а
7б	7а	7в
14б	14а	14в

Діагностика здатності до навчання
Методика "Інтелектуальна лабільність"

ПРОЦЕДУРА ДОСЛІДЖЕННЯ

Протягом обмеженої кількості часу (3-4 секунди) обстежувані повинні виконати нескладні завдання на спеціальному бланку, які зачитуються фахівцем. Бланк являє собою розграфлений на 25 пронумерованих квадратів лист. Кожне завдання має точно заданий квадрат і має виконуватися саме в ньому. Методика може застосовуватися як фронтально, так і індивідуально.

При проведенні дослідження від експериментатора потрібно чітко проголошення завдання й номера квадрата, оскільки номери завдань і квадратів на бланку не збігаються.

Піддослідним дається інструкція: "Слухайте уважно завдання й номер квадрата. Перепитувати не можна. Прочитане мною завдання не повторюється. Працюємо швидко. Увага! Починаємо!"

ТЕСТОВИЙ МАТЕРІАЛ

1. (Квадрат 1). Напишіть першу літеру імені "Сергій" і останню букву першого місяця року.
2. (Квадрат 2). Напишіть цифри 1, 6, 3. Непарні обведіть.
3. (Квадрат 4). Напишіть слово "пар" навпаки.
4. (Квадрат 5). Намалюйте прямокутник. Розділіть його двома горизонтальними й двома вертикальними лініями.
5. (Квадрат 6). Намалюйте чотири кола. Перше коло закресліть, а третє підкресліть.
6. (Квадрат 7). Намалюйте трикутник і квадрат так, щоб вони перетиналися.
7. (Квадрат 8). Напишіть слово "крейда". Під приголосними буквами поставте стрілку, спрямовану вниз, а під голосними стрілку, спрямовану вгору.

8. (Квадрат 10). Якщо сьогодні не середа, то напишіть передостанню букву слова "книга", а якщо середа, то останню.
9. (Квадрат 12). Намалюйте прямокутник, а поруч ромб. У прямокутнику напишіть суму чисел 5 і 2, а в ромбі - різницю цих чисел.
10. (Квадрат 13). Намалюйте три крапки так, щоб при їх з'єднанні вийшов трикутник.
11. (Квадрат 15). Напишіть слово "ручка". Голосні закресліть.
12. (Квадрат 17). Розділіть квадрат двома діагональними лініями. Точку перетину позначте останньою буквою назви нашого міста (села).
13. (Квадрат 18). Якщо в слові "синонім" шоста буква голосна, то поставте цифру 1.
14. (Квадрат 20). Намалюйте трикутник, а в ньому коло.
15. (Квадрат 21). Напишіть число 82 369. Непарні цифри закресліть.
16. (Квадрат 22). Якщо число 54 ділиться на 9, поставте галочку.
17. (Квадрат 19). Якщо в слові "подарунок" третя буква не «і», напишіть суму чисел 6 і 3.
18. (Квадрат 23). Якщо слова "будинок" і "дуб" починаються на одну і ту ж букву, поставте тире.
19. (Квадрат 24). Напишіть літери "М", "К", "О". Букву "М" укладіть в квадрат, букву "К" - в коло, букву "О" - в трикутник.
20. (Квадрат 25). Напишіть слово "салют". Обведіть кружком приголосні букви.

Бланк для відповідей до методики "Інтелектуальна лабільність"

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25

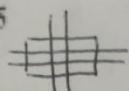
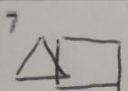
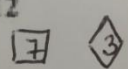
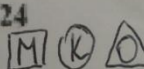
ОБРОБКА Й ІНТЕРПРЕТАЦІЯ РЕЗУЛЬТАТІВ

Оцінка проводиться за кількістю помилок. Помилкою вважається будь-яке пропущене, невиконане або виконане з помилкою завдання. Норми виконання:

- 0-2 помилки - висока лабільність, хороша здатність до навчання;
- 3-4 помилки - середня лабільність;
- 5-7 помилок - низька здатність до навчання, труднощі у перенавчанні;
- 7 помилок і більш - мала успішність у будь-якій, у тому числі навчальній, діяльності.

Методика не вимагає багато часу для проведення дослідження та обробки результатів, разом з тим має високий рівень інформативності та точності в прогнозуванні успішності в навчанні.

КЛЮЧ

1 сь	2 ①6③	3	4 РАП	5 
6 ø○○○	7 	8 КРЕЙДА ↓↓↑↑↓↓↑↑	9	10 Г
11	12 	13 • • •	14	15 РУЧКА
16	17 А	18 1	19 9	20 
21 82369	22 V	23	24 	25 ОАЮЮТ

Методика «Спрямованість на придбання знань»

ІНСТРУКЦІЯ

Вам пропонується ряд тверджень – питань з парними відповідями. Із двох варіантів відповідей потрібно вибрати одну й поруч з позицією питання написати букву ("а" або "б"), що відповідає обраній відповіді.

ТЕСТОВИЙ МАТЕРІАЛ

1. Коли ти отримав погану оцінку, прийшовши додому:
 - а) відразу сідаєш за уроки, повторюючи і те, що погано відповів;
 - б) сідаєш дивитися телевізор або грати на комп'ютері, думаючи, що урок з цього предмету буде аж через день.
2. Після отримання гарної оцінки ти:
 - а) продовжуєш сумлінно готуватися до наступного уроку;
 - б) готуєшся не так ретельно, бо знаєш, що все одно не запитають.
3. Чи буває, що ти залишаєшся незадоволений відповіддю, а не оцінкою?
 - а) так;
 - б) ні.
4. Що для тебе навчання?
 - а) пізнання нового;
 - б) обтяжливе заняття.
5. Чи залежать твої оцінки від старанності підготовки до уроку?
 - а) так;
 - б) ні.
6. Аналізуєш ти після отримання низької оцінки, що ти зробив неправильно?
 - а) так;
 - б) ні.
7. Чи залежить твоє бажання готувати домашнє завдання від того, чи виставляють за нього оцінки?
 - а) так;

б) ні.

8. Чи легко ти втягуєшся в навчання після канікул?

а) так;

б) ні.

9. Чи шкодуєш ти, що не буває уроків через хворобу вчителя?

а) так;

б) ні.

10. Коли ти, перейшовши в наступний клас, отримуєш нові підручники, тебе цікавить, про що в них йдеться?

а) так;

б) ні.

11. Що, по-твоєму, краще – вчитися або хворіти?

а) вчитися;

б) хворіти.

12. Що для тебе важливіше - оцінки чи знання?

а) оцінки;

б) знання.

КЛЮЧ

За кожну відповідь відповідно до ключа нараховується 1 бал.

Про мотивацію на придбання знань свідчать відповіді:

"а" на питання 1-6, 8-11;

"б" на питання 7 і 12.

Сума балів (від 0 до 12) свідчить про ступінь вираженості мотивації на придбання знань.

Методика «Спрямованість на оцінку»

ІНСТРУКЦІЯ

Вам пропонується ряд питань. Дайте відповідь на них, поставивши поруч з номером питання знак "плюс" ("так") або "мінус" ("ні").

ТЕСТОВИЙ МАТЕРІАЛ

1. Чи пам'ятаєш ти, коли отримав першу в житті двійку?
2. Чи турбує тебе, що твої оцінки трохи гірші, ніж у інших учнів класу?
3. Чи буває, що перед контрольною роботою серце у тебе починає прискорено битися?
4. Чи червонієш ти при оголошенні тобі поганої оцінки?
5. Якщо в кінці тижня ти отримав погану оцінку, у тебе у вихідний день поганий настрій?
6. Якщо тебе довго не викликають до дошки, це тебе турбує?
7. Чи хвилює тебе реакція однолітків на отриману тобою оцінку?
8. Після отримання гарної оцінки готуєшся ти до наступного уроку як слід, хоча знаєш, що все одно скоро не запитують?
9. Тривожить тебе очікування опитування?
10. Було б тобі цікаво вчитися, якби оцінок взагалі не було?
11. Захочеш ти, щоб тебе запитали, якщо будеш знати, що оцінку за відповідь не поставлять?
12. Після отримання оцінки на уроці ти продовжуєш активно працювати?

ІНТЕРПРЕТАЦІЯ РЕЗУЛЬТАТІВ

Нараховується по 1 балу за відповіді:

"так" на питання по позиціях 1-9

"ні" - по позиціях 10-12.

Підраховується загальна сума балів. Чим більшою є набрана сума балів, тим більшою мірою в учня виражена спрямованість на оцінку.

Зіставлення балів за цією методикою і методикою "Спрямованість на придбання знань" показує переважання тієї чи іншої тенденції у даного учня: на знання або на оцінку.

Діагностика структури навчальної мотивації школяра

У результаті анкетування учнів середньої школи визначають значущі для учня, на його думку, мотиви навчання.

Інструкція для учнів

Оціни значущість для тебе причин навчання у школі. Для цього обери бал, що відповідає твоєму ставленню:

- 0 балів — майже не має значення;
- 1 бал — частково значуще;
- 2 бали — достатньою мірою значуще;
- 3 бали — дуже значуще.

№ з/п	Причина	Бали
1	Для того щоб я добре вчив предмет, мені має подобатися вчитель	0 1 2 3
2	Мені дуже подобається вчитися, збагачувати свої знання про світ	0 1 2 3
3	Спілкуватися із друзями, з компанією в школі значно цікавіше, аніж сидіти на уроках, навчатися	0 1 2 3
4	Для мене достатньо важливо здобути гарну оцінку	0 1 2 3
5	Усе, що я роблю, намагаюся робити добре — це моя позиція	0 1 2 3
6	Знання допомагають розвинути розум і кмітливість	0 1 2 3
7	Якщо ти школяр, ти зобов'язаний навчатися добре	0 1 2 3
8	Якщо на уроці панує атмосфера недоброзичливості,	0 1 2 3

	надмірної суворості, я знеохочуюся до навчання	
9	Я цікавлюся тільки окремими предметами	0 1 2 3
10	Уважаю, що успіх у навчанні — достатньо важливе підґрунтя для поваги й визнання однокласників	0 1 2 3
11	Доводиться вчитися, щоб уникнути надокучливих моралей і повчань батьків і вчителів	0 1 2 3
12	Я відчуваю задоволення, піднесення, коли самотужки розв’язую складне завдання, добре вивчу правило та ін.	0 1 2 3
13	Прагну знати якнайбільше, щоб бути цікавою, культурною людиною	0 1 2 3
14	На цьому етапі мого життя я зобов’язаний добре вчитися, не пропускати уроки	0 1 2 3
15	На уроці не люблю теревенити й відволікатися, тому що для мене дуже важливо зрозуміти пояснення вчителя, правильно відповісти на його запитання	0 1 2 3
16	Мені дуже подобається, якщо на уроці організовують спільну із однокласниками роботу (у парі, групі, команді)	0 1 2 3
17	Чутливо ставлюся до похвали вчителя, батьків за мої шкільні успіхи	0 1 2 3
18	Навчаюся добре, тому що завжди намагаюся бути з-поміж найкращих	0 1 2 3
19	Крім підручників я читаю багато книжок (з історії, спорту,	0 1 2 3

	про природу та ін.)	
20	Навчання в моєму віці — найважливіша справа	0 1 2 3
21	У школі веселіше, цікавіше, аніж удома, у дворі	0 1 2 3

Ключ:

Мотиви	Номери питань
Пізнавальні	2 9 15
Комунікативні	3 10 16
Емоційні	1 8 21
Саморозвитку	6 13 19
Позиція школяра	7 14 20
Досягнення	5 12 18
Зовнішні (заохочення, покарання)	4 11 17

Адаптована методика «Діагностика потреби в пошуках відчуттів» (за М.
Цукерманом)

Інструкція

Пропонуємо вашій увазі об'єднані в пари твердження. Із кожної пари необхідно обрати одне, найхарактерніше для вас, і позначити його в бланку відповідною літерою.

Текст опитувальника

1. а) Я віддав би перевагу роботі, що вимагає численних роз'їздів, подорожей.
б) Я волів би працювати на одному місці.
2. а) Мене підбадьорює свіжий, прохолодний день.
б) Прохолодного дня я не можу дочекатися, коли повернуся додому.
3. а) Мені не подобаються парфумерні аромати.
б) Мені подобається аромат деяких парфумів.
4. а) Я ризикнув би спробувати якийсь наркотик заради нових відчуттів.
б) Я не пробував би наркотик, тому що не маю потреби в якихось особливих відчуттях.
5. а) Я волів би жити в стабільному суспільстві, без революцій і потрясінь.
б) Я хотів би жити в смутні для історії країни часи.
6. а) Я не розумію людей, які полюбляють їздити на великій швидкості.
б) Я люблю їздити швидко, тому що мене це збуджує.
7. а) Я люблю ризик, азарт.
б) Я не люблю ризикованих заходів, зазвичай дію за принципом «сім раз відмір і один раз відріж».
8. а) Суперечки з політичних або світоглядних питань мене не цікавлять.
б) Я люблю посперечатися, це мене збуджує.
9. а) Я уникаю одноманітної діяльності, тому що вона мене присипляє.
б) Я спокійно ставлюся до одноманітної роботи.
10. а) Я не хотів би опинитися під дією гіпнозу.

б) Я хотів би, щоб мене загіпнотизували.

11. а) Найважливіша мета в житті — жити на повну силу, беручи від життя стільки, скільки можливо.

б) Щастя — це спокійне життя.

12. а) У холодну воду я входжу поступово, надаючи собі час звикнути до неї.

б) Я люблю одразу пірнути в холодну воду заради цього дивовижного відчуття.

13. а) Я можу із задоволенням щоразу слухати по радіо повторення популярних пісень.

б) Мені швидко набридають популярні пісні.

14. а) Найгірші недоліки людини — веселість, легковажність.

б) Найгірша вада людини — занудство.

15. а) Мені подобається їздити на мотоциклі з вітерцем.

б) Люди, які їздять на мотоциклі з великою швидкістю, — самогубці.

16. а) Мені більше подобаються люди спокійні, помірковані.

б) Ціную емоційно виразних людей, навіть якщо вони дещо невірноважені.

Бланк для відповідей

№	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
а	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0
б	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1

Оброблення результатів

Отримані бали підсумовують.

Висновки

Високий рівень потреби у відчуттях (11—16 балів) означає наявність потяга, можливо неконтрольованого, до нових вражень, що збуджують, часто провокуючи суб'єкта на участь у ризикованих заходах і авантюрах.

Середній рівень потреби у відчуттях (6—10 балів) свідчить про вміння контролювати цю потребу, про помірність у її задоволенні, тобто, з одного боку, про відкритість новому досвіду, з іншого боку — про стриманість і розважливість у певні моменти життя.

Низький рівень потреби у відчуттях (0—5 балів) означає наявність передбачливості й обережності за рахунок неотримання нових вражень та інформації. Люди з таким показником віддають перевагу стабільності й упорядкованості, а не невідомому й несподіваному.

Додаток 3

Як допомогти підлітку у складних ситуаціях: важливі поради для батьків

Коли підліток опиняється в складній ситуації, важливо, щоб батьки знали, як надати йому підтримку. Варто пам'ятати, що молоді люди зазвичай відчують сильні емоції і потребують допомоги в розумінні та подоланні внутрішніх конфліктів. Консультації з психологом можуть бути корисним інструментом для батьків, які бажають допомогти своєму підлітку впоратися зі складними ситуаціями.

1. Прослуховуйте і розумійте. Важливо, щоб батьки заспокоювалися і прислуховувалися до свого підлітка без засудження. Дозвольте їм висловити свої почуття і думки, а потім спробуйте зрозуміти їх перспективу.
2. Виявляйте емпатію. Підлітки часто шукають розуміння і підтримку. Виразіть свою співчуття та підтримку їхнім емоціям і переживанням. Намагайтеся поставитися на їхнє місце і показати, що ви розумієте їхню ситуацію.
3. Надайте практичну допомогу. Іноді підлітки потребують конкретної допомоги для вирішення своїх проблем. Спільно з ними визначте можливі варіанти дій і надайте підтримку у їхніх зусиллях знайти рішення.
4. Залучайте професіоналів. Якщо ситуація здається складною або ви не можете допомогти своєму підлітку самотійно, не соромтеся звернутися до психолога чи іншого фахівця з досвідом роботи з підлітками. Вони зможуть надати професійну підтримку та поради.
5. Не забувайте про самого себе. Для того, щоб допомогти своєму підлітку, важливо також піклуватися про своє фізичне і емоційне благополуччя. Звертайте увагу на свої власні потреби і знаходьте час для відпочинку та підтримки.

Загалом, підтримка підлітка у складних ситуаціях вимагає терпіння, розуміння і вміння надавати підтримку. Застосовуючи ці методи, батьки

зможуть стати надійною опорою для свого підлітка і допомогти йому пройти через важкі моменти життя.