

УДК 159.9

КОТОВ Святослав Васильевич,

аспирант 3 курса факультета психологии и управления
человеческими ресурсами
Москва, Россия
E-mail: interslav@gmail.com

KOTOV Svyatoslav Vasilyevich,

Postgraduate Student, 3rd year of study, Department of
Psychology and Human Resource Management,
Moscow city, Russia,
E-mail: interslav@gmail.com

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ
ПОЗИТИВНОЙ МОТИВАЦИИ****POSITIVE MOTIVATION DETERMINANTS IN
PSYCHOLOGY**

Данная статья посвящена изучению психологических детерминант мотивации и успешности деятельности. В статье раскрыты и подробно описаны такие факторы, как потребность в компетентности и самодетерминации, смысложизненные ориентации, ценности, самоэффективность, жизнестойкость, внутренняя мотивация. Логически обоснованы психологические закономерности этих детерминант и их роль в становлении жизнестойкости, психологического благополучия личности и дальнейшего усиления мотивации достижения, в которой основой являются уровни ценностного выбора индивида, подробно описанные в данной статье. Все вышеуказанные детерминанты позитивной мотивации позволяют индивиду преодолеть внутриличностный конфликт и стать аутоотелической личностью. В данной статье изучение детерминант позитивной мотивации раскрывается как с точки зрения отечественных, так и с точки зрения зарубежных психологов.

The paper considered the study of determinants of motivation and operation achievement. The paper revealed (with description in details) the following factors: want for competence and self-determination, orientation in purpose of live, values, self-efficacy, resilience, and intrinsic motivation. The study rationalized psychology regularities in the above determinants and the part they played in shaping resilience, personal mental wellbeing and further reinforcement of achievement motivation where the levels at the value scale of an individual served for the basis, those described in details in this paper. All the above determinants of positive motivation enable the individual to get over inner personal tensions, to become an autotelic free person. This paper reviewed the determinants of positive motivation in both Russian and foreign studies of psychologists.

Ключевые слова: позитивная мотивация, потребности в компетентности и самодетерминации, смысложизненные ориентации, ценностные ориентации, мотивы достижения, самоэффективность, самооценка, жизнестойкость, тревожность, фрустрация, уровень субъективного контроля, психический беспорядок, внутриличностный конфликт, психологическое благополучие, аутоотелическая личность.

Key words: positive motivation, want for competence (occupational awareness?) and self-determination, orientation in purpose of live, value orientation, achievement motives, self-efficacy, self-appraisal/ self-concept, resilience, anxiety, frustration, level of subjective control, mental disorder, inner personal tensions, mental wellbeing, autotelic personality.

Проблема мотивации и мотивов поведения и деятельности, направленной на позитивный результат, является одной из центральных проблем в психологии и остается актуальной в настоящее время. Деятельность, по мнению А.Н. Леонтьева, является основанием личности и занимает очень важное место в жизни человека. А в основе любой произвольной деятельности находится мотивация [2].

Мотивацию можно определить как совокупность факторов, поддерживающих и направляющих поведение, а также как совокупность причин психологического характера, объясняющих поведение человека, его начало, направленность и активность [4]. От мотивации зависит успешность любой деятельности. Поэтому изучение психологических детерминант мотивации деятельности, таких как потребности в компетентности и самодетерминации, смысложизненные ориентации, ценностные ориентации, мотивы достижения, самоэффективность, самооценка, жизнестойкость, тревожность, фрустрация, уровень субъективного контроля, является важным и значимым.

В основе поведения человека, его активной деятельности в социуме находится потребность быть нужным и полезным окружающим людям. Другими словами, эта важная потребность заключается в компетентности и самодетерминации. Потребность в самодетерминации – это потребность в осознании себя, и только себя, причиной своих действий. Потребность в компетентности представляет собой потребность в ощущении себя профессионалом в своей сфере, ощущение «я знаю, я могу». В качестве основного критерия выступает понятие профессионального мотива достижения, который понимается как образ качества профессиональной деятельности, потребностно значимой для человека. Основным фактором при этом является профессиональная самооценка. Потребности в самодетерминации и компетентности были охарактеризованы Э. Деси, Р. Уайтом, Р. де Чармсом и Р. Райаном [9]. Удовлетворение этих базовых потребностей является ключевой детерминантой, которая приводит к появлению внутренней мотивации.

В развитии мотивации индивида очень важен его интерес к процессу той или иной деятельности, потребность в раскрытии своих потенциальных возможностей в этой деятельности

при условии стремления к достижению максимально возможного результата. В данном контексте особое внимание следует уделить понятию внутренней мотивации, с которой связано развитие позитивного эмоционального настроя человека к деятельности, высокой работоспособности и психологического благополучия. Основным критерием внутренней мотивации Х. Хекхаузен называет содержательную однородность действия и его цели [7]. Цели являются системообразующим фактором педагогических средств как множества взаимосвязанных элементов, формирующих мотивацию достижения. Профессор Е.Е. Лушникова связывает мотивацию достижения с учебной деятельностью, с познавательными и социальными мотивами. В данном контексте такая деятельность является основой будущей профессиональной деятельности. И основным механизмом, обеспечивающим эффективность процесса развития мотивации достижения, будет механизм целеполагания. В дальнейшем на основе мотивов, ставших чертами индивидуальности, происходит развитие потребности в достижении и стремлении к самореализации, самосовершенствованию. Задача развития внутренней мотивации при этом заключается в переходе стратегий, приобретенных в опыте внутренне мотивированного поведения, в ценностную сферу личности. Ценности личности и вероятность достижения успеха в деятельности являются ситуативными факторами, без которых мотив достижения не может начать действовать, потому что является динамичным образованием, а также стойкой чертой личности, проявляющейся в стремлении достигать успеха.

Смыслжизненные ценности личности являются одной из главных детерминант формирования позитивной мотивации. Они представляют собой состояния направленности личности на достижение смыслжизненных ценностей и смысла жизни. Данный вектор формирует текущие задачи, деятельность личности и в конечном итоге влияет на отношение к окружающему миру, характер и поведение. Смыслжизненные ориентации представляют собой обобщенную структурно-иерархическую и динамическую систему представлений, являющуюся базовым элементом внутренней структуры личности, сформированную и закрепленную жизненным опытом индивида в ходе социализации и социальной адаптации на фоне индивидуально-типологических особенностей, и обозначают, таким образом, субъективные составляющие феномена смысла жизни. Д.А. Леонтьев выделяет три иерархических уровня смысловой регуляции жизнедеятельности личности [3].

Личностные смыслы и смысловые установки конкретной деятельности образуют, по его мнению, первый иерархический уровень смысловой регуляции. Мотивы, смысловые конструкты и диспозиции образуют второй уровень. Третий и наивысший уровень систем смысловой регуляции образуют ценности, выступающие смыслообразующими по отношению ко всем остальным структурам. Система смысловых отношений человека внутренне связана с ценностными ориентациями личности.

Ценностные ориентации как одна из составляющих структуры личности изучаются в рамках общей психологии, психологии личности, социальной психологии. Как отечественные, так и зарубежные ученые (Б.Г. Ананьев, Т.М. Андреева, Л.И. Божович, Б.С. Братусь, Л.С. Выготский, Т. Здравомыслов, А.Ф. Лазурский, А.Н. Леонтьев, Б.Ф. Ломов, В.Н. Мясищев, Г. Олпорт, С.Л. Рубинштейн, В.В. Столин, В. Франкл) рассматривают проблему ценностей в связи с источниками активности человека – потребностями, предметами этой активности – мотивами и механизмами регуляции активности во взаимодействии с социальными группами. Именно в различных социальных группах происходит социальное становление человека в течение всей его жизни. Такие группы, составляющие ближайшее окружение индивида и выступающие в качестве носителей различных норм и ценностей, задают систему внешней регуляции поведения индивида. В зависимости от отношений с социальными группами у индивида становится доминирующим один из мотивов достижения: мотивация к успеху или мотивация к избеганию неудач. Огромную роль в преобладании того или иного мотива в жизни человека на ранних этапах его развития оказывает семья.

А.В. Сальков в качестве основы процесса развития мотивации достижения рассматривает возможности реализации осознанного выбора личностью в новой социальной ситуации [6]. Он выделяет следующие типы возможных стратегий:

- активно-созидательный, базирующийся на высокой выраженности стремления к успеху. Это наиболее эффективный тип поведения;
- активно-созерцательный, базирующийся на стремлении избегания неудач и ориентации на достижение успеха. В данном случае препятствием для эффективности деятельности будут неуверенность в выборе средств достижения, отсутствие регулярности и систематичности в принимаемых решениях;

- неопределенный, базирующийся на стремлении к успеху и ориентации на ожидание неудачи. Препятствием для эффективности деятельности является несоответствие этих двух детерминант;

- пассивный, базирующийся на стремлении к избеганию неудач и ориентации на привлекательность неудачи. Данный тип наименее эффективный, характеризуется абсолютно пассивной жизненной позицией.

Мотивы достижения, выступающие в качестве важного элемента становления самоэффективности личности, огромное влияние оказывают на ее самооценку. Самоэффективность личности обусловлена субъективным отношением индивида к производимой деятельности, осуществляемым при помощи обращения личности к внутренним психологическим резервам, возможностям развития, выбором определенных средств и постройки конкретного плана деятельности. Самоэффективность личности заключается в вере индивида в собственную способность справляться с определенными видами деятельности. По мнению К. Гайдар [2], самореализация – это соединение представлений индивида о персональных потенциях и способности быть производительным при реализации будущей деятельности, его убежденность в том, что он сумеет осуществить себя в этой деятельности и достичь успешности, ожидаемого беспристрастного и необъективного эффекта. Собственная эффективность подразделяется в зависимости от сферы применения на самоэффективность в деятельности и самоэффективность в общении. Стремление к улучшению результатов в этих сферах, неудовлетворенность достигнутым, настойчивость в достижении своих целей, стремление добиться своего во что бы то ни стало приводит к появлению мотивации к достижению, которая является одним из главных свойств личности, оказывающих влияние на всю человеческую жизнь. Многочисленные исследования показали тесную связь между уровнем мотивации достижения и успехом в жизнедеятельности, который невозможен без жизнестойкости.

По определению Д.А. Леонтьева, *жизнестойкость* – это некая экзистенциальная отвага, позволяющая личности в меньшей степени зависеть от ситуативных переживаний, преодолевать постоянную базовую тревогу, актуализирующуюся в ситуации неопределенности и необходимости выбора [3]. Жизнестойкость представляет собой систему убеждений о себе, о мире, об отношениях с миром.

Личность, обладающая большой жизнестойкостью, по мнению М. Чиксентмихайи, способна к преодолению внутриличностного конфликта, происходящего из-за того, что за психическую энергию борется слишком много противоречащих друг другу желаний и целей. Появление способности к самоопределению невозможно без осознания собственных жизненных мотивов и ценностей. Самопознание в этом случае является главным способом, посредством которого человек может упорядочить свои цели. Такой порядок в сознании побеждает психическую энтропию – информацию, вступающую в конфликт с уже существующими намерениями и отвлекающую от их выполнения. Как считает автор, последствиями психического беспорядка являются различные негативные состояния, такие как: боль, страх, ярость, тревожность, фрустрация, ревность, психологическое застревание в прошлом. Избежать таких состояний можно, направляя психическую энергию на решение конкретной реалистичной задачи, когда умения соответствуют требованиям, предъявляемым этой задачей [8].

Данный порядок приносит такая деятельность, в которой можно отчетливо выделить три основных компонента: сосредоточенность индивида (внимание, уровень субъективного контроля) вместе с ясными целями и немедленной обратной связью. Только непосредственный контроль над своим опытом и способность получать радость от всего, что человек делает, могут преодолеть препятствия, мешающие обретению удовлетворения. Психическая энергия больше не расходуется впустую на внешние цели, а способствует укреплению «Я» индивида, нахождению возможностей самосовершенствования там, где другие не видят ничего интересного. В этой динамике происходящих процессов переструктурирование внимания помогает сделать первые трудные шаги в освоении нового умения, а обратная связь с окружающими людьми усиливает и создает новые побуждающие мотивы.

М. Чиксентмихайи утверждает, что всех людей, когда-либо переживших невыносимые ситуации, объединяла одна общая черта: «неэгоцентричный индивидуализм», то есть наличие важной цели, стоящей выше личных интересов. Внутренняя мотивация делает их стойкими перед лицом внешних опасностей. Вероятно, именно эта черта является ключевой в структуре аутотелической личности, – личности, цели которой порождаются преимущественно ее внутренним миром, а не заданы генетическими программами или социальными стереотипами.

Стать аутотелической личностью человек может только посредством взаимодействия с окружающими людьми. Личностный рост заключается именно в возрастании степени сложности

человека. Сложность есть результат двух масштабных психологических процессов: дифференциации и интеграции. Первый предполагает движение в сторону уникальности, второй – стремление к единению с другими людьми, к надличностному единству идей и концепций. Настоящая сложность личности возможна только в том случае, если человек вкладывает равное количество психической энергии в оба этих процесса и избегает как эгоизма, так и конформизма.

Таким образом, позитивная мотивация человека является его внутренней мотивацией с упорядоченной структурой целей, осознанием своих возможностей и смысло-жизненных ценностей, преобладанием мотивов к достижению успеха, формирующихся на основе удовлетворения потребностей в компетентности и самодетерминации и повышающих самооценку и жизнестойкость личности. Все ключевые детерминанты позитивной мотивации позволяют индивиду преодолеть внутриличностный конфликт и стать аутотелической личностью. Поэтому нам представляется важной и актуальной задача изучения психологических детерминант формирования позитивной мотивации личности.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ССЫЛКИ

1. Вилюнас В.К. Психология развития мотивации. – СПб., 2006.
2. Котов С.В. Мотивация «на успех» и мотивация «на избегание неудач» в контексте позитивной психологии // Историческая и социально-образовательная мысль. – 2012. – № 2.
3. Леонтьев А.Н. Деятельность, сознание, личность. – М., 2005.
4. Леонтьев Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. – М., 2007.
5. Леонтьев Д.А. Методика изучения ценностных ориентаций // Психологическое обозрение. – 2006. – № 12.
6. Почебут Л.Г., Чикер В.А. Организационная социальная психология: Учебное пособие. – СПб., 2004.
7. Сальков А.В. Взаимосвязь ценностного самоопределения и мотивации достижения у студентов университета // Вестник ОГУ. – 2005. – № 2. – С. 111–119.
8. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. – М., 2005. – 860 с.
9. Чиксентмихайи М. Поток: Психология оптимального переживания – М.: Смысл, 2012. – 461с.
10. Ryan R.M., Deci E.L. Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions [Электронный ресурс] // Contemporary Educational Psychology 25, 54–67 [2005]. URL: http://www.selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/2005_RyanDeci_IntExtDefs.p. (дата обращения – 18.08.2011).

Информация об авторе

Котов Святослав Васильевич, аспирант 3 курса факультета психологии и управления человеческими ресурсами МГГУ им. М.А. Шолохова, преподаватель кафедры менеджмента и социальной психологии факультета психологии и управления человеческими ресурсами МГГУ им. М.А. Шолохова,
Москва, Россия
E-mail: interslav@gmail.com

Получена: 25.10.2014

Information about the author

Kotov Svyatoslav Vasilyevich, Postgraduate Student, 3rd year of study, Department of Psychology and Human Resource Management, Moscow State University for Humanities (MSUH) after Mikhail A. Sholokhov, Lecturer at the Chair of Management and Social Psychology, Department of Psychology and Human Resource Management, MSUH after Mikhail A. Sholokhov.
Moscow city, Russia
E-mail: interslav@gmail.com

Received: 25.10.2014