

DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2024.145.159>

ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ ВО ВЗАИМОСВЯЗИ С МОТИВАЦИЕЙ УЧЕНИЯ У СТАРШЕКЛАСНИКОВ

Научная статья

Проскурякова Л.А.¹, Тальцев И.А.^{2,*}, Рыженкова Е.М.³

¹ORCID : 0000-0002-9583-9161;

^{1,2} Кемеровский государственный университет, Новокузнецк, Российская Федерация

³ Российская медицинская академия непрерывного профессионального образования, Москва, Российская Федерация

* Корреспондирующий автор (andruskinalleksandr07[at]gmail.com)

Аннотация

Статья демонстрирует результаты исследования взаимосвязи эмоциональной устойчивости и мотивации учения у старшеклассников. Рассмотрены основные теоретические основания для выделения терминов «эмоциональная устойчивость» – которое раскрывается через понимание Г. Айзенка и трактуется им как «Черту, которая характеризует сохранение устойчивого поведения, устойчивость в обычных и стрессовых ситуациях» и «мотивация учения» в понимании Г. Н. Хамедовой, где: «Учебная мотивация – это опосредованный внутренними и внешними факторами процесс побуждения к учебной деятельности для достижения образовательных целей», а также включенных в них методических критериев. Продемонстрирована методология исследования, и основные этапы, представлен используемый методический инструментарий, и полученные результаты – позволяющие судить о математико-статистической значимой взаимосвязи между искомыми критериями, которые выявили наличие значимой взаимосвязи эмоциональной устойчивости и мотивации учения у выборки учеников старших классов. В заключении подведены итоги исследования и возможности практического применения полученных результатов.

Ключевые слова: эмоциональная устойчивость, мотивация учения, коэффициент корреляции Пирсона, характеристики старшего школьного возраста.

EMOTIONAL STABILITY IN CORRELATION WITH LEARNING MOTIVATION IN HIGH SCHOOL STUDENTS

Research article

Proskuryakova L.A.¹, Taltsev I.A.^{2,*}, Rizhenkova Y.M.³

¹ORCID : 0000-0002-9583-9161;

^{1,2} Kemerovo State University, Novokuznetsk, Russian Federation

³ Russian Medical Academy of Continuing Professional Education, Moscow, Russian Federation

* Corresponding author (andruskinalleksandr07[at]gmail.com)

Abstract

The article demonstrates the results of the study of the relationship between emotional stability and learning motivation in high school students. The main theoretical bases for singling out the terms "emotional stability" – which is disclosed through the understanding of G. Eysenck and interpreted by him as "A trait that characterizes the preservation of stable behaviour, stability in ordinary and stressful situations" and "motivation of learning" in the understanding of G. N. Hamedova, where: "Learning motivation is a process mediated by internal and external factors of inducement to learning activity to achieve educational goals", as well as the methodological criteria included in them. The methodology of the research is demonstrated, and the main stages, the methodological tools used are presented, and the results obtained – allowing to judge the mathematical and statistical significant relationship between the criteria sought, which showed the presence of a significant relationship between emotional stability and learning motivation in a sample of high school students. The conclusion summarizes the results of the study and the possibilities of practical application of the obtained results.

Keywords: emotional stability, learning motivation, Pearson correlation coefficient, high school age characteristics.

Введение

Проблематика реализации учебной деятельности, в рамках данной работы, отталкивается от признания проблемы мотивации, одной из базовых проблем, отнесенных к психологии обучения. Основанием для данного положения служит выделение мотивации – главной психологической характеристикой в рамках любой деятельности, и необходимости её контроля. Мотивация учения является главным фактором успешности в освоении школьной программы, она побуждает ученика к поискам знаний, совершенствованию навыков и развитию личности [11]. Эмоциональная устойчивость, в свою очередь, позволяет поддерживать стабильность учебной деятельности, так как, при высоком уровне, наиболее эффективно демпфирует достаточно широкий спектр негативных воздействий, мешающих полноценному развитию ученика в рамках учебной деятельности.

Эмоциональная устойчивость поддерживает процесс обучения демпфируя достаточно широкий спектр негативных воздействий, мешающих полноценному развитию ученика в рамках образовательной программы. Центральными определением эмоциональной устойчивости для исследования взято мнение Г. Айзенка, который рассматривает эмоциональную устойчивость (полярную сторону эмоциональной неустойчивости), как детерминанту нейротизма, наряду с тревогой, волнением, и т.д. Нейротизм по Г. Айзенку характеризует эмоциональную стабильность, и связан с

процессами лабильной нервной системы, а саму эмоциональную устойчивость он понимает, как: «Черту, которая характеризует сохранение устойчивого поведения, устойчивость в обычных и стрессовых ситуациях» [1, С. 119]. Таким образом, имеющаяся структура эмоциональной устойчивости проявляется в наличии полярных явлений эмоциональной устойчивости/неустойчивости, которые раскрываются автором не только как самостоятельные определения, но и основываются на смежных явлениях тревоги, гнева, и т.д. [4]. Отождествление понятий «эмоциональная устойчивость» и «эмоциональная стабильность» основано на суждении, что: «эмоциональная устойчивость равнозначна эмоциональной стабильности, так как они говорят об устойчивости определенного эмоционального состояния». К. К. Платонов и Л. М. Шварц к эмоционально неустойчивым относят тех, кто: «излишне эмоционально возбудим и склонен к частой смене эмоциональных состояний» [9, С. 130-131] – тем самым внося в обобщение еще и «эмоциональную возбудимость», хоть и в качестве обратной взаимосвязи. Таким образом мы можем считать эмоциональную устойчивость и эмоциональную стабильность тождественными понятиями, а мнение К. К. Платонова и Л. М. Шварца позволяет считать эмоциональную возбудимость, полярным явлением.

Мотивация учения является главным фактором успешности в освоении школьной программы, она побуждает ученика к поискам знаний, совершенствованию навыков и развитию личности. Ученик, имеющий сильную мотивацию к учению, оказывается более целеустремленным, терпеливым и настойчивым в освоении школьной программы, и позволяет ученику самостоятельно видеть смысл и ценность учебного процесса [3]. В рамках данного явления, за основу взяты мнения Г. Н. Хамедовой, которая считала, что: «учебная мотивация – это опосредованный внутренними и внешними факторами процесс побуждения к учебной деятельности для достижения образовательных целей» [14, С. 281]. Подобное определение также встречается в актуальных исследованиях [13], термины «мотивация» и «мотив» различаются тем, что мотив по мнению А. Н. Леонтьева: «это то, что, отражаясь в голове человека, побуждает деятельность, направляет её на удовлетворение определённой потребности» [6, С. 8] – то есть, является внутренней устойчивой психологической причиной поведения или поступка человека, он изнутри побуждает человека к совершению определенного действия. Иным является мотивация, которая в отечественной психологии представлена как: «динамический процесс внутреннего, психологического управления поведением» [5, С. 251]. Применительно к процессу учения, авторы оперируют всеми указанными понятиями. Практические исследования позволяющие подтвердить обозначенные выше теоретические аспекты мотивации учения проводили многие ученые. А. Я. Миленький, доказал важность для становления мотивации учения осознания подростками своих возможностей в учении [8]. Диссертационное исследование П. Голу, выполненное под руководством П. Я. Гальперина позволило установить зависимость мотивации от типа учения и выявившее большой мотивационный потенциал у обучения, построенного по III типу учения [2].

Используя описанную выше теоретическую основы, мы выделяем: объект исследования – эмоциональная устойчивость; предмет – взаимосвязь мотивации учения с эмоциональной устойчивостью у старшеклассников. Установлена цель – исследование взаимосвязи мотивации учения с эмоциональной устойчивостью у старшеклассников.

Выдвинутая гипотеза звучит следующим образом: существует взаимосвязь мотивации учения с эмоциональной устойчивостью, а именно: чем выше эмоциональная устойчивость, тем выше мотивация учения у старшеклассников.

Методы и принципы исследования

Выборка респондентов нашего исследования общей совокупностью – 60 человек, состоит из 29 девушек и 31 юноши. Которые распределены по годам обучения на 38 (10 класс), и 22 (11 класс) человека – а также по возрасту на 35 (16 лет) и 25 (17 лет) человек.

Для проведения исследования, взаимосвязи мотивации учения с эмоциональной устойчивостью у старшеклассников, мы сформировали следующий ряд этапов.

1. Подготовительный этап. На данном этапе была определена тема исследования, постановка проблемы и её обоснование актуальности. Также были выявлены объект и предмет исследования. Сформулированы цели, задачи, гипотезы. Также был проведен подбор научной литературы по выбранной теме, осуществлена подготовка методического материала.

2. Анализ теоретического материала. Данный этап исследования позволил нам изучить труды ученых-психологов, а также проанализировать их понимание понятий «мотивация учения» и «эмоциональная устойчивость», вместе с этим мы произвели психологический анализ старшеклассников, с точки зрения возрастных периодизаций и иных особенностей.

3. Подбор методов и методик. В процессе данного этапа были подобраны соответствующие методы и методики рассматриваемым явлениям методы и методики исследования.

4. Эмпирический этап. На данном этапе была произведена диагностика респондентов, и расчет сырых данных в количественные и качественные показатели.

5. Аналитический этап. В ходе реализации данного этапа был произведен анализ собранных эмпирических материалов, которые были подвергнуты математико-статистической обработке. При помощи коэффициент корреляции К. Пирсона было осуществлено выявление зависимости полученных в ходе эмпирического исследования результатов.

6. Интерпретационный этап. В рамках интерпретационного этапа были описаны и оформлены полученные в ходе исследования данные психодиагностики.

7. Заключительный этап. На этапе завершения исследования были написаны выводы и заключения по проделанной работе. Также разработаны практические рекомендации для старшеклассников, основанные на результатах, полученных в ходе исследования.

В ходе исследования был использован следующий набор методов: теоретический анализ литературы по теме нашего исследования, психодиагностическое тестирование, математико-статистический метод обработки данных (коэффициент корреляции К. Пирсона)

Психодиагностическое тестирование происходило с использованием батареи методик:

1. Методика «Шкала эмоциональной стабильности – нестабильности (нейротизма)» Г. Айзенк.
2. Опросник «Исследование психологической структуры темперамента» Б. Н. Смирнов.
3. Опросник «Учебная мотивация школьников» Н. Ц. Бадмаева.
4. Методика «Диагностика уровня учебной мотивации» М. И. Лукьянова.
5. Методика «Диагностика мотивации учения и эмоционального отношения к учению» А. Д. Андреева.

Основные результаты

В ходе диагностики эмоциональной устойчивости были получены следующие результаты позволяющие судить, что для взятой нами выборки наиболее характерны средние и средневысокие показатели, что с учетом возрастных особенностей респондентов укладывается в рамках нормы.

Также было отмечено, что при разделении выборки с учетом возраста, в большинстве случаев, худшие результаты демонстрируют респонденты в возрасте 17 лет. Степень различий, а также частота критериев, при диагностике которых встречаются подобные результаты, позволяет нам сделать вывод, что старшеклассники с такой отличительной чертой менее эмоционально устойчивы, и составляют группу риска в рамках стандартизированного образовательного процесса.

Диагностируя учебную мотивацию старшеклассников, мы смогли выявить ряд закономерностей, как например, доминирующие и наиболее часто встречающиеся различие в результатах между разными возрастными группами и классами (более высокие показатели у представителей 16 лет, и 10 классов). Предположительно, они возникают в следствии двух причин:

во-первых, смещение мотивационной составляющей в следствии приближения к переходу на новую ступень жизни, связанную с окончанием школы, профессиональным определением, а так же с вступлением в следующую возрастную группу ювенильного возраста, который сопровождается развитием общеизвестных кризисных состояний [12]. Во-вторых, общим утомлением и ослаблением волевых функций из-за продолжительности учебного процесса.

Таким образом, в совокупности с диагностикой эмоциональной устойчивости, мы можем наблюдать, насколько данное психологическое явление изменяется в рамках указанной выше дифференциации по группам, и отметить, действительно ли можно предположить взаимосвязь изучаемых нами феноменов.

Полученные результаты в итоговом варианте были просчитаны с использованием метода математико-статистической обработки данных (коэффициент корреляции Пирсона). На основании расчетов была построена Корреляционная плеяда связей между мотивацией учения и эмоциональной устойчивостью у старшеклассников (рис. 1) которая позволяет наглядно рассмотреть результаты исследования.

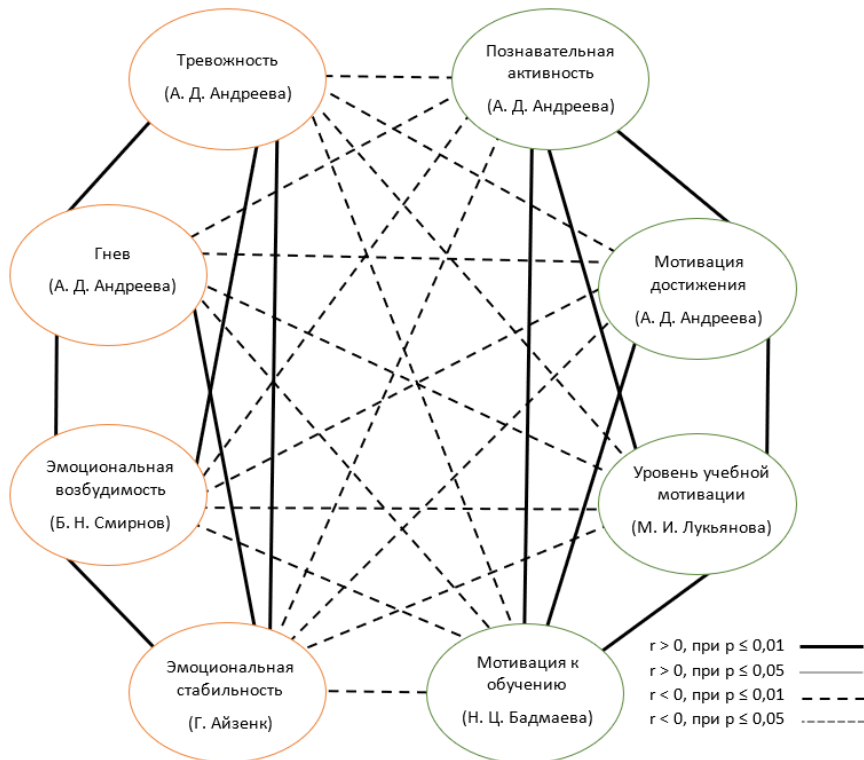


Рисунок 1 - Корреляционная плеяда связей между мотивацией учения и эмоциональной устойчивостью у старшеклассников

DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2024.145.159.1>

Примечание: продемонстрировано наглядное отображение корреляционных связей между изучаемыми критериями; прямые линии обозначают прямую взаимосвязь, пунктирные – обратную

В рамках корреляционного анализа изначально были рассчитаны критические значения, которые получились следующими:

$t_{кр} = 0,25$, при $p \leq 0,05$; $t_{кр} = 0,33$, при $p \leq 0,01$.

Сравнивая полученные результаты с критическими значениями, мы смогли сделать следующие выводы.

Рассмотренные нами критерии, включенные в психологический феномен, «мотивация учения» продемонстрировали статистически значимые сильные взаимосвязи положительной направленности внутри своей группы. В рамках группы критериев, включенных нами в эмоциональную устойчивость, мы также выявили сильные корреляционные связи прямой направленности.

Таким образом, сгруппированные друг с другом критерии, представляющие эмоциональную устойчивость в нашем исследовании, также смогли доказать значимую взаимосвязь, при росте любого из отмеченных показателей все другие также вырастут даже при отсутствии прямого влияния на них.

Установив наличие взаимосвязи критериев, внутри каждой из групп, нам необходимо рассчитать эти же критерии между собой. Используя данный подход, «мотивация к обучению» по методике Н. Ц. Бадмаевой показала следующие результаты в сравнении с критериями эмоциональной устойчивости:

- «Эмоциональная стабильность» Г. Айзенка, значение $r = -0,795$, при $p \leq 0,01$.
- «Эмоциональная возбудимость» Б. Н. Смирнова, значение $r = -0,899$, при $p \leq 0,01$.
- «Тревожность» А. Д. Андреевой, значение $r = -0,639$, при $p \leq 0,01$.
- «Гнев» А. Д. Андреевой, значение $r = -0,764$, при $p \leq 0,01$.

Учитывая наличия отрицательной взаимосвязи, а так-же преобладание эмпирических значений над критическими мы делаем вывод о том, что при повышении мотивации к обучению все критерии эмоциональной устойчивости будут так-же понижаться (при условии, что низкие значения по критериям эмоциональной устойчивости демонстрируют ее лучшее проявление у респондента, данная тенденция является положительной), и наоборот.

В отношении показателя «уровень учебной мотивации» по методике М. И. Лукьяновой, в сравнении с критериями эмоциональной устойчивости получены похожие значения:

- «Эмоциональная стабильность» Г. Айзенка, значение $r = -0,640$, при $p \leq 0,01$.
- «Эмоциональная возбудимость» Б. Н. Смирнова, значение $r = -0,882$, при $p \leq 0,01$.
- «Тревожность» А. Д. Андреевой, значение $r = -0,647$, при $p \leq 0,01$.
- «Гнев» А. Д. Андреевой, значение $r = -0,602$, при $p \leq 0,01$.

Что демонстрирует тождественные тенденции, относительно прошлому критерию мотивации учения.

Критерии мотивации учения, включенные в методику А. Д. Андреевой, а именно «познавательная активность» и «мотивация достижения» также были просчитаны с составляющими эмоциональной устойчивости, «познавательная активность» показала результаты:

- «Эмоциональная стабильность» Г. Айзенка, значение $r = -0,498$, при $p \leq 0,01$.
- «Эмоциональная возбудимость» Б. Н. Смирнова, значение $r = -0,734$, при $p \leq 0,01$.
- «Тревожность» А. Д. Андреевой, значение $r = -0,534$, при $p \leq 0,01$.
- «Гнев» А. Д. Андреевой, значение $r = -0,613$, при $p \leq 0,01$.

Что также демонстрирует сильную корреляционную связь обратной направленности.

«Мотивация достижений» характеризуется подобным образом, ее расчёты с критериями эмоциональной устойчивости, следующие:

- «Эмоциональная стабильность» Г. Айзенка, значение $r = -0,525$, при $p \leq 0,01$.
- «Эмоциональная возбудимость» Б. Н. Смирнова, значение $r = -0,623$, при $p \leq 0,01$.
- «Тревожность» А. Д. Андреевой, значение $r = -0,517$, при $p \leq 0,01$.
- «Гнев» А. Д. Андреевой, значение $r = -0,574$, при $p \leq 0,01$.

Эти результаты свидетельствуют, что установлена корреляционная взаимосвязь обратной направленности. Это приводит к выводу, что любой из критериев входящих в состав мотивации учения при своем росте (положительная тенденция), понижает результаты любого из критериев эмоциональной устойчивости (положительная тенденция), исходя из объёма расчётов данные взаимосвязи работают в большинстве случаев, и в обе стороны (рост и снижение).

Заключение

Проведенное исследование позволило выявить, что в ходе диагностики мотивации учения общие результаты характерны для нормального распределения выраженности с учетом особенностей нашей выборки. Установлен ряд закономерностей, как например, доминирующие и наиболее часто встречающиеся различия в результатах между разными возрастными (более высокие показатели у представителей 16 лет). Диагностика эмоциональной устойчивости у старшеклассников показала, что для взятой нами выборки наиболее характерны средние и средневысокие показатели, что с учетом возрастных особенностей респондентов укладывается в рамках нормы. Также было отмечено, что при разделении выборки с учетом возраста, в большинстве случаев, худшие результаты демонстрируют респонденты в возрасте 17 лет. Степень различий, и критериев, при диагностике которых встречаются подобные результаты, позволяет нам сделать вывод, что старшеклассники с такой отличительной чертой менее эмоционально устойчивы, и составляют группу риска в рамках стандартизированного образовательного процесса.

В процессе корреляционного анализа выявили статистически значимые связи между мотивацией учения и эмоциональной устойчивостью. На их основании при повышении показателей мотивации учения (положительная тенденция), показатели эмоциональной устойчивости снижаются (положительная тенденция).

Анализируя полученные в ходе исследования результаты, мы делаем вывод о том, что в независимости от объекта коррекционного влияния (выбирая между эмоциональной устойчивостью и мотивацией учения), мы можем полноценно корректировать оба этих показателя. Коррекция и психологическое сопровождение эмоциональной устойчивости старшеклассников является наиболее приоритетным направлением работы, так как, при высоком уровне, положительно влияет на множество аспектов жизни, особенно при учете возрастных особенностей.

Практическая значимость данного исследования состоит в разработке и внедрении психокоррекционных и сопроводительных программ для учеников старшей школы, которые позволят им повышать выраженность эмоциональной устойчивости и мотивации к учению, прорабатывая лишь один из них, что позволит сократить время и ресурсозатраты как со стороны образовательных организаций, так и для самих старшеклассников; в перспективе возможно построение эксперимента по развивающему воздействию эмоциональной устойчивости, и отслеживании изменений выраженности мотивации учения, что позволит повысить эффективность обучения старшеклассников.

Основополагающими факторами разработки указанных выше программ является полученная в ходе исследования возможность дифференцировать сторону воздействия на отдельные возрастные группы, а именно 16, и отдельно 17 летних учеников. Исходя из качественного анализа полученных диагностических данных видно, что тенденции ухудшения исследуемых явлений тождественны, лишь с тем отличием, что у учеником 16 лет они менее выражены. Таким образом, исследованием также продемонстрировано, что в возрасте 16 лет, учениками в большинстве своем будет достаточно комплексного психологического сопровождения, которое позволит им сохранить и поддержать имеющийся уровень исследуемых параметров. Касательно возраста 17 лет, имеется необходимость не только в сопровождении, но также и в коррекционных видах психологической помощи, для большего нивелирования выявленных уровней эмоциональной устойчивости и учебной мотивации.

Сопроводительные мероприятия наиболее конгруэнтно будут выражаться в следующих формах:

- Психологическая поддержка – предоставления доступа к консультациям у школьного психолога или при необходимости направление к специалисту-психологу узкого профиля для обсуждения эмоциональных проблем и стресса.

- Создание клубов и групп поддержки – организация клубов по деятельности или групп, где старшеклассники могут поддерживать друг друга и обсуждать свои проблемы, а также объединятся по схожим интересам. Наиболее распространенное проявление такого подхода можно наблюдать при создании кружков и клубов по сферам деятельности (музыкальный, спортивный, художественный – клубы).

- Обратная связь – регулярное общение с учениками, уточнение их мнения, предложений и пожеланий позволяет не только лучше подстроить учебный процесс под нужды определенного класса или группы, но и дает ученикам понимание, что их вовлеченность в процесс обучения не будет проигнорирована.

В свою очередь коррекционно-развивающие мероприятия более действенно будут проходить в классических вариантах:

- Обучение навыкам управления эмоциями – проведение тренингов по управлению эмоциями, медитаций, дыхательных практик и других методов совладания с возникающими эмоциональными реакциями [7]. Такой подход позволяет в контролируемых условиях овладеть инструментарием для эмоционального регулирования [10].

- Обучение навыкам решения конфликтов – так как старшеклассники в силу своего возраста достаточно социально-активны, ситуации конфликтов для них достаточно распространенное явление. Проведение обучающих сессий по разрешению конфликтов интересов, конфликтных ситуаций различного рода позволит старшеклассникам научиться эффективно общаться и решать возникающие на их пути проблемы.

- Постановка целей – помощь ученикам в определении целей и задач, которые они хотели бы достичь в рамках образовательной программы. Это может быть получение высоких оценок, участие в профильных олимпиадах или конкурсах, развитие профессиональных навыков и т.д.

Конфликт интересов

Не указан.

Рецензия

Все статьи проходят рецензирование. Но рецензент или автор статьи предпочли не публиковать рецензию к этой статье в открытом доступе. Рецензия может быть предоставлена компетентным органам по запросу.

Conflict of Interest

None declared.

Review

All articles are peer-reviewed. But the reviewer or the author of the article chose not to publish a review of this article in the public domain. The review can be provided to the competent authorities upon request.

Список литературы / References

1. Айзенк Г. Как измерить личность / Г. Айзенк — Москва: Когито-центр, 2000. — 281 с.
2. Голу П. Проблемы внутренней мотивации учения и типы ориентировки в предмете: Автореферат дисс. на соискание учен. степени кандидата пед. наук (по психологии) / П. Голу — Москва: МГУ им. Ломоносова, 1965. — 19 с.
3. Капустина К. О. Эмоциональная устойчивость личности в юношеском возрасте / К. О. Капустина, Е. Н. Азлецкая // Педагогика: история, перспективы. — 2020. — Т. 3. — №5. — с. 113-119. — DOI: 10.17748/2686-9969-2020-3-5-113-119.

4. Князева И. Б. Влияние арт-терапии на психоэмоциональное состояние работников МЧС / И. Б. Князева, Л. А. Проскурякова, О. И. Кандаурова // Международный научно-исследовательский журнал. — 2024. — №2 (140). — DOI: 10.23670/IRJ.2024.140.42.
5. Леонтьев А. Н. Эволюция психики / А. Н. Леонтьев — Воронеж: МОДЭК, 1999. — 410 с.
6. Леонтьев Д. А. Понятие мотива у А. Н. Леонтьева и проблема качества мотивации / Д. А. Леонтьев // Вестник Московского университета. — 2016. — №2(14). — с. 3-18. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ponyatie-motiva-u-a-n-leontieva-i-problema-kachestva-motivatsii> (дата обращения: 07.05.2024)
7. Максимова А. А. Профилактика суицидального поведения у подростков 14-17 лет в тренинге ресурсного состояния «Эмоциональная устойчивость» / А. А. Максимова, А. В. Горбушина // Научно-методический электронный журнал «Концепт». — 2021. — №7. — с. 97-106. — DOI: 10.24412/2304-120X-2021-12011.
8. Миленский А. Я. Формирование у школьников интереса к учению / А. Я. Миленский — Минск: Знание, 1990. — 23 с.
9. Платонов К. К. Очерки психологии для летчиков / К. К. Платонов — Москва, 1948. — 192 с.
10. Проскурякова Л. А. Влияние релаксационного тренинга на психоэмоциональное состояние сотрудников следственного изолятора / Л. А. Проскурякова, А. В. Губарева, И. С. Милетьева // Проблемы современного педагогического образования. — 2023. — №78-2. — с. 363-365. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-relaksatsionnogo-treninga-na-psihoemotsionalnoe-sostoyanie-sotrudnikov-sledstvennogo-izolyatora/viewer> (дата обращения: 07.07.2024)
11. Салеева О. О. Эмоциональная устойчивость как показатель психологического здоровья будущего учителя / О. О. Салеева // Молодой ученый. — 2020. — №27(317). — с. 154-157. — URL: <https://moluch.ru/archive/317/71826/> (дата обращения: 12.02.2024)
12. Татулова К. С. Учебная мотивация и эмоциональное отношение к учебе у младших подростков / К. С. Татулова // Молодой ученый. — 2023. — №18(465). — с. 295-297. — URL: <https://moluch.ru/archive/465/102275/> (дата обращения: 04.02.2024)
13. Фролова В. А. Исследование учебной мотивации студентов первого курса университета / В. А. Фролова // Наука и Просвещение. — 2023. — №1. — с. 191-193. — URL: https://elibrary.ru/download/elibrary_54312550_89628579.pdf (дата обращения: 04.03.2024)
14. Хамедова Г. Н. К проблеме формирования мотивации изучения иностранного языка у студентов неязыковых специальностей / Г. Н. Хамедова // Вестник Оренбургского государственного университета. — 2012. — №2(138). — с. 280-285. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-probleme-formirovaniya-motivatsii-izucheniya-inostrannogo-yazyka-u-studentov-neyazykovykh-spetsialnostey> (дата обращения: 10.03.2024)

Список литературы на английском языке / References in English

1. Ajzenk G. Kak izmerit' lichnost' [How to measure personality] / G. Ajzenk — Moskva: Kogito-tsentr, 2000. — 281 p. [in Russian]
2. Golu P. Problemy vnutrennej motivatsii uchenija i tipy orientirovki v predmete: Avtoreferat diss. na soiskanie uchen. stepeni kandidata ped. nauk (po psihologii) [Problems of internal motivation of teaching and types of orientation in the subject: Abstract of the dissertation. for the application of a scientist. degree of Candidate of Pedagogical Sciences (in psychology)] / P. Golu — Moskva: MGU im. Lomonosova, 1965. — 19 p. [in Russian]
3. Kapustina K. O. Emotsional'naja ustojchivost' lichnosti v junosheskom vozraste [Emotional stability of the personality in adolescence] / K. O. Kapustina, E. N. Azletskaia // Pedagogy: history, prospects. — 2020. — Vol. 3. — №5. — p. 113-119. — DOI: 10.17748/2686-9969-2020-3-5-113-119. [in Russian]
4. Knjazeva I. B. Vlijanie art-terapii na psihoemotsional'noe sostojanie rabotnikov MChS [The effect of art therapy on the psycho-emotional state of emergency workers] / I. B. Knjazeva, L. A. Proskurjakova, O. I. Kandaurova // International Scientific Research Journal. — 2024. — №2 (140). — DOI: 10.23670/IRJ.2024.140.42. [in Russian]
5. Leont'ev A. N. Evoljutsija psihiki [The evolution of the psyche] / A. N. Leont'ev — Voronezh: MODEK, 1999. — 410 p. [in Russian]
6. Leont'ev D. A. Ponjatje motiva u A. N. Leont'eva i problema kachestva motivatsii [The concept of motive in A. N. Leontiev and the problem of motivation quality] / D. A. Leont'ev // Bulletin of the Moscow University. — 2016. — №2(14). — p. 3-18. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ponyatie-motiva-u-a-n-leontieva-i-problema-kachestva-motivatsii> (accessed: 07.05.2024) [in Russian]
7. Maksimova A. A. Profilaktika suitsidal'nogo povedenija u podrostkov 14-17 let v treninge resursnogo sostojanija "Emotsional'naja ustojchivost'" [Prevention of suicidal behavior in adolescents aged 14-17 years in the training of the resource state "Emotional stability"] / A. A. Maksimova, A. V. Gorbushina // Scientific and methodological electronic journal "Concept". — 2021. — №7. — p. 97-106. — DOI: 10.24412/2304-120X-2021-12011. [in Russian]
8. Milen'kij A. Ja. Formirovanie u shkol'nikov interesa k ucheniju [Formation of students' interest in learning] / A. Ja. Milen'kij — Minsk: Znanie, 1990. — 23 p. [in Russian]
9. Platonov K. K. Oчерки psihologii dlja letchikov [Essays on psychology for pilots] / K. K. Platonov — Moskva, 1948. — 192 p. [in Russian]
10. Proskurjakova L. A. Vlijanie relaksatsionnogo treninga na psihoemotsional'noe sostojanie sotrudnikov sledstvennogo izoljatora [The effect of relaxation training on the psycho-emotional state of the staff of the detention center] / L. A. Proskurjakova, A. V. Gubareva, I. S. Milet'eva // Problems of modern pedagogical education. — 2023. — №78-2. — p. 363-365. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-relaksatsionnogo-treninga-na-psihoemotsionalnoe-sostoyanie-sotrudnikov-sledstvennogo-izolyatora/viewer> (accessed: 07.07.2024) [in Russian]

11. Saleeva O. O. Emotsional'naja ustojchivost' kak pokazatel' psihologicheskogo zdorov'ja buduschego uchitelja [Emotional stability as an indicator of the psychological health of a future teacher] / O. O. Saleeva // A young scientist. — 2020. — №27(317). — p. 154-157. — URL: <https://moluch.ru/archive/317/71826/> (accessed: 12.02.2024) [in Russian]
12. Tatulova K. S. Uchebnaja motivatsija i emotsional'noe otnoshenie k uchebe u mladshih podrostkov [Educational motivation and emotional attitude to learning among younger adolescents] / K. S. Tatulova // A young scientist. — 2023. — №18(465). — p. 295-297. — URL: <https://moluch.ru/archive/465/102275/> (accessed: 04.02.2024) [in Russian]
13. Frolova V. A. Issledovanie uchebnoj motivatsii studentov pervogo kursa universiteta [Research on the educational motivation of first-year university students] / V. A. Frolova // Science and Education. — 2023. — №1. — p. 191-193. — URL: https://elibrary.ru/download/elibrary_54312550_89628579.pdf (accessed: 04.03.2024) [in Russian]
14. Hamedova G. N. K probleme formirovaniya motivatsii izuchenija inostrannogo jazyka u studentov nejazykovyh spetsial'nostej [On the problem of formation of motivation for learning a foreign language among students of non-linguistic specialties] / G. N. Hamedova // Bulletin of the Orenburg State University. — 2012. — №2(138). — p. 280-285. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-probleme-formirovaniya-motivatsii-izucheniya-inostrannogo-yazyka-u-studentov-neyazykovyh-spetsial'nostey> (accessed: 10.03.2024) [in Russian]