

КУРСОВАЯ РАБОТА

по дисциплине «Общая психология»
на тему: **«Взаимосвязь мотивации
и уровня стресса»**

Выполнила студентка 3 курса факультета психологии
направления «Психология» группы 15.ПОБ.15.2 ФИО



Актуальность темы. Цели и задачи

В основе **мотивации** лежат множество механизмов и ситуативных влияний. **Стресс**, как постоянно присутствующий фактор, может оказывать влияние на некоторые составляющие, из которых складывается мотивация.

Цель работы – исследование взаимосвязи мотивации и уровня стресса.

Задачи:

1. Изучить накопленные литературные данные о таких психофизиологических явлениях, как стресс и мотивация;
2. Провести исследование взаимосвязи уровня стресса и мотивации у молодых людей, студентов вузов;
3. Провести статистический анализ полученных данных и представить интерпретацию результатов; сделать выводы о проделанной работе.



Мотивация

Мотивация – это психофизиологические процессы, действия и побуждения, которые задают принятие той или иной поведенческой модели в контексте ожидаемых последствий.

Области мотивации:

- 1 МОТИВ
- 2 МОТИВАЦИЯ
- 3 волевые процессы

последовательность

согласованность

специфичность



Мотивация достижения

Мотивация достижения – движущая сила, определяющая модели человеческого поведения, целью которого является достижение успеха.

Мотивационный человек



стремления к высоким результатам и успеху



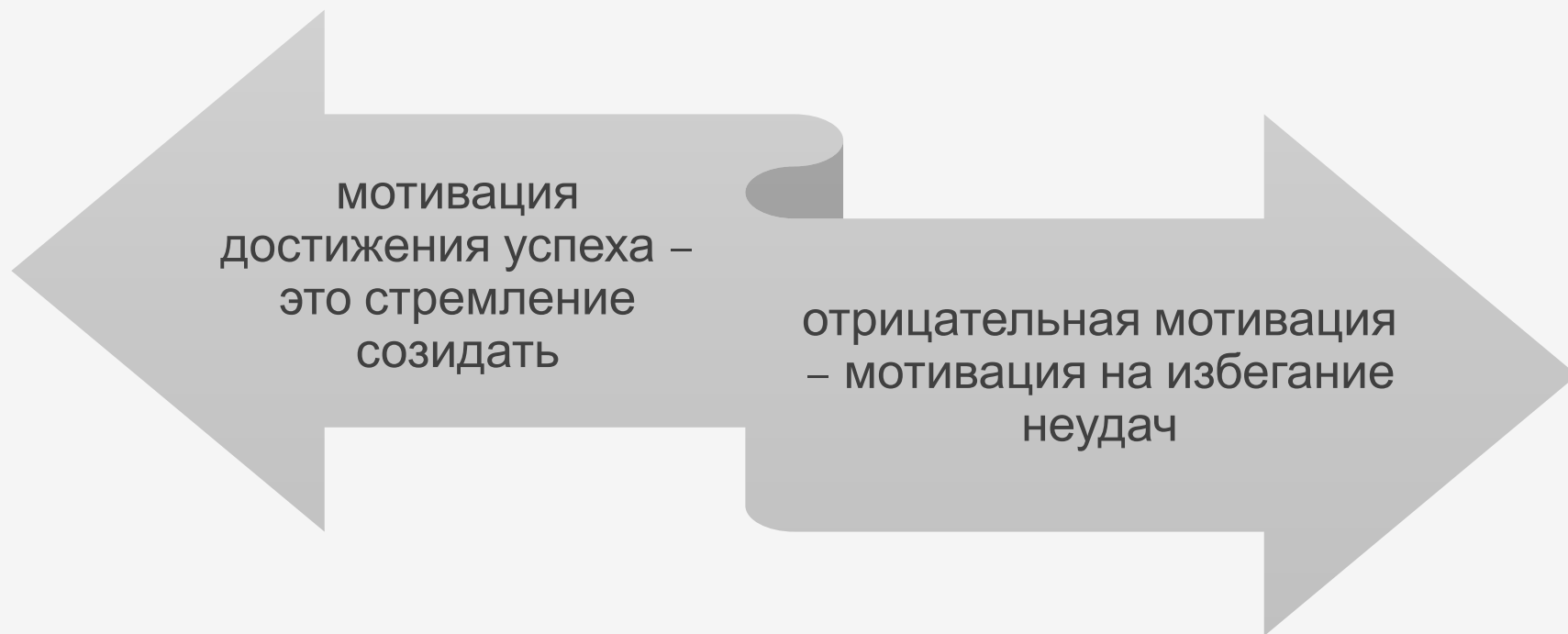
настойчивость, ответственность и целеустремлённость



желание усовершенствовать свои навыки



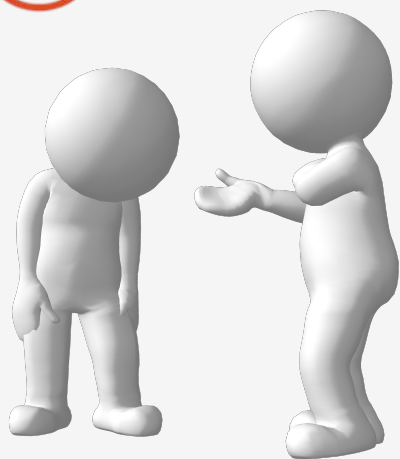
Положительная и отрицательная мотивация



Стресс

Стресс – давление, нажим, напряжение.

жара, холод, боль,
воздействие неприятных
звуков или слишком яркого
света



травматические
события, снижение
самооценки, угрызения
совести



некомфортное окружение,
травля, смерть или болезнь
близкого человека,
материальные трудности



Реакции стресса

Мобилизация дополнительных ресурсов, изменяющих поведение человека

Стресс как состояние с широким спектром физиологических и психологических явлений

Отсроченные негативные последствия острых переживаний, влияющих на здоровье и дееспособность в целом

Выводы к первой главе

Между стрессом и мотивацией существует нелинейная зависимость, обоснованная балансом системной организации мышления.

«**Лучшее – враг хорошего**»



Методы исследования

1. Теоретический анализ научной литературы;
2. Изучение мотивации с помощью теста Элерса на мотивацию достижения успеха;
3. Определение уровня стресса по шкале PSM-25.

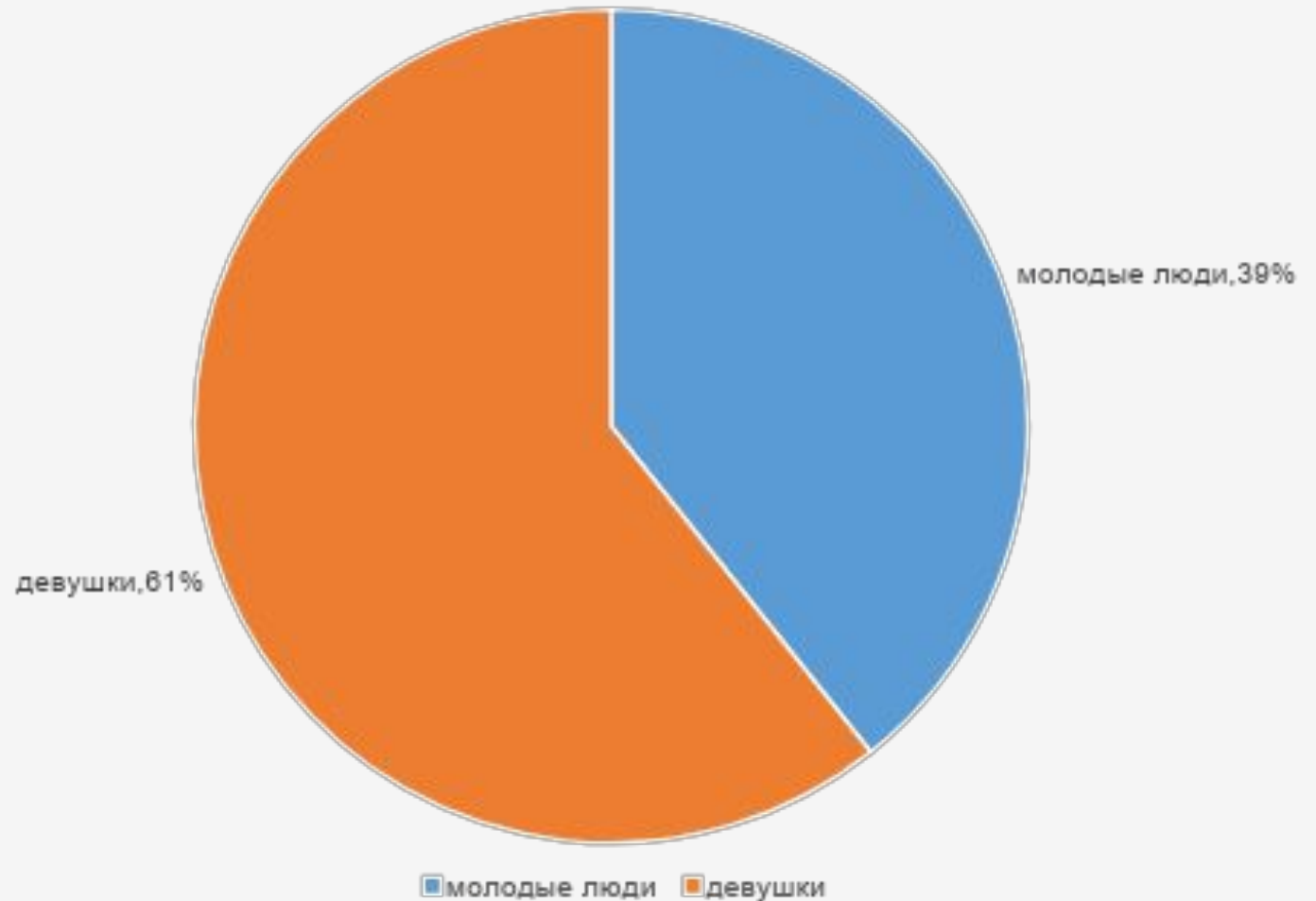
При обработке результатов использованы математические методы обработки данных: t-критерий Стьюдента, расчет среднего значения и стандартного отклонения, коэффициент корреляции Пирсона.



Взаимосвязь уровня стресса и мотивации достижения успеха

Число добровольцев, принявших участие в исследовании: 28 человек.

Возраст от 18 до 25 лет.



Методы исследования мотивации достижения и уровня стресса

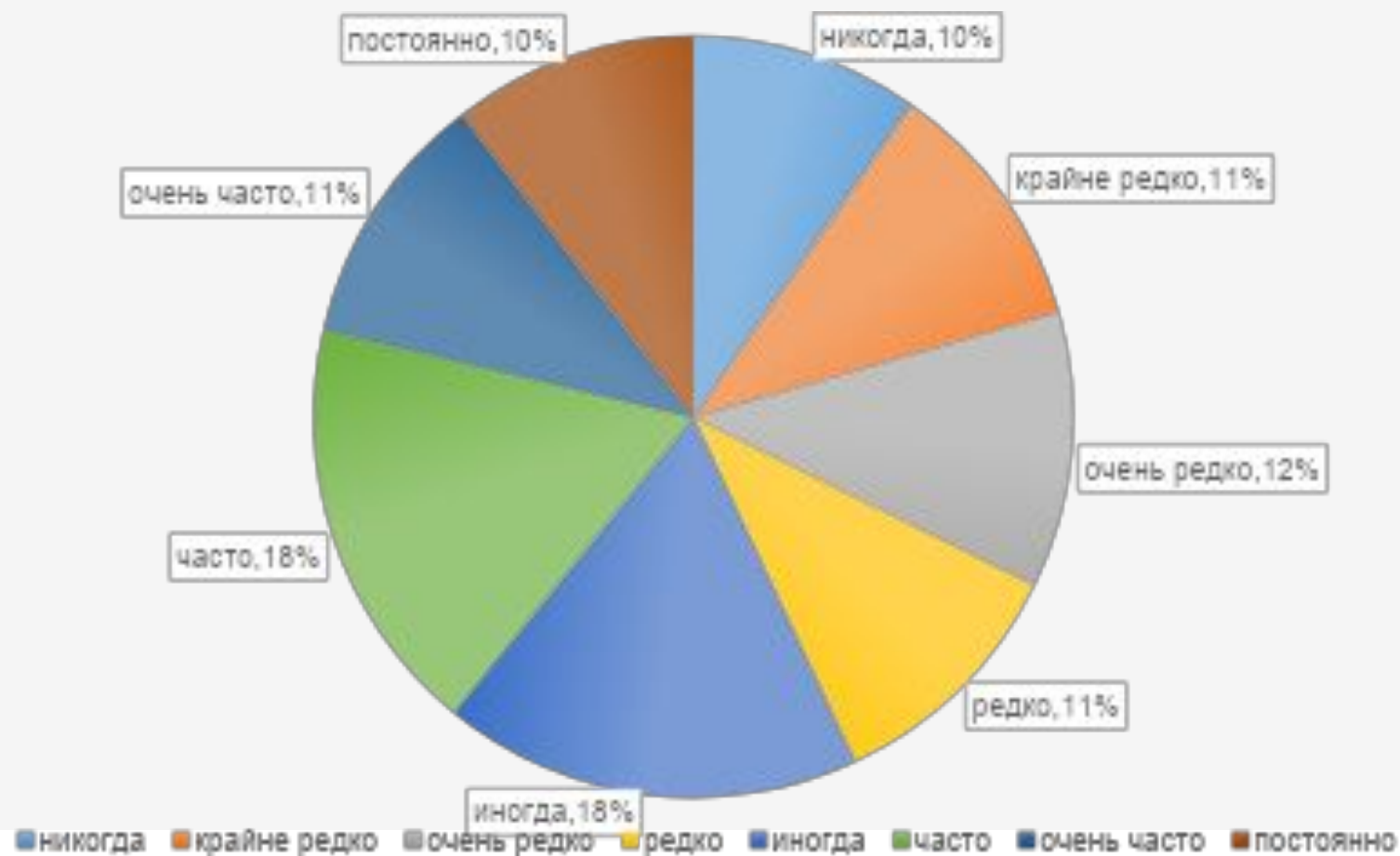
- 1 Для исследования мотивации достижения, выбрана методика, разработанная немецким психологом Т. Элерсом. Она включает в себя 41 утверждение, на которые требуется дать ответ «да» или «нет».
- 2 Для измерения уровня стресса было принято решение использовать шкалу PSM-25 Лемура-Тесье-Филлиона, состоящую из 25 вопросов, целью которых является измерение стрессовых ощущений в соматических, поведенческих и эмоциональных показателях.



Анализ результатов исследования

Средний балл мотивации достижения – $16,75 \pm 5,25$.

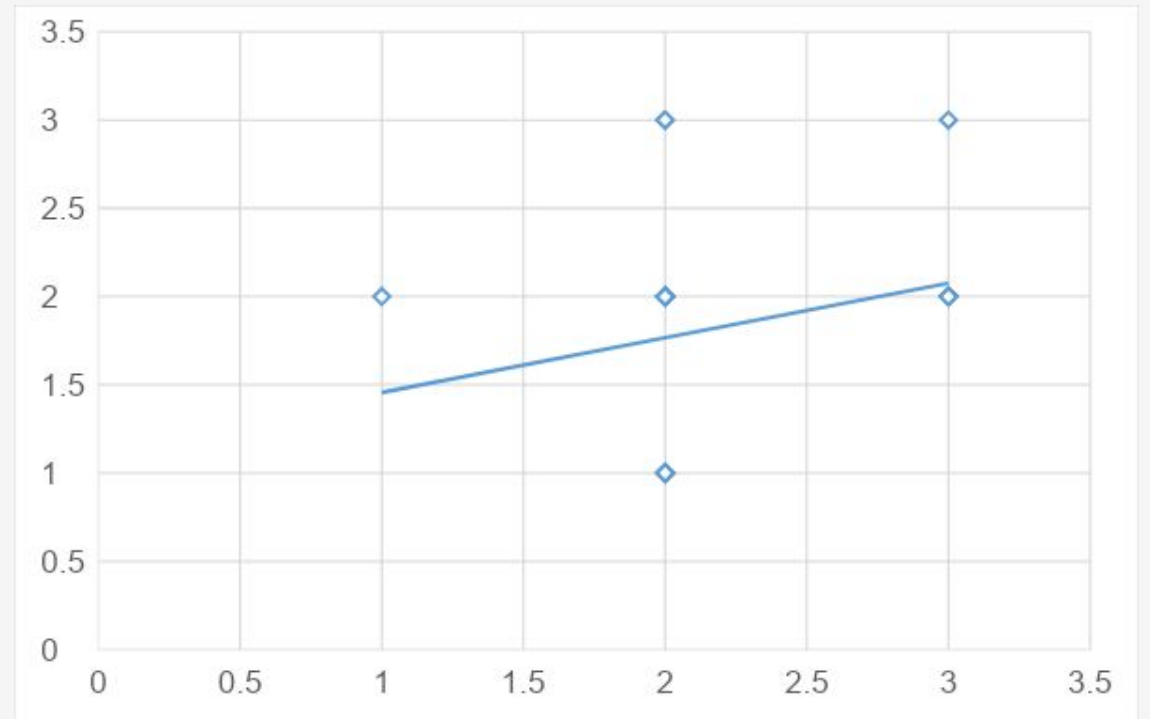
Уровень стресса в группе – $117,18 \pm 21,54$ балла.



Корреляционный анализ

№ испытуемого п/п	Тест Элерса	Шкала PSM-25
1	2	1
2	3	2
3	2	2
4	3	3
5	2	1
6	3	2
7	1	2
8	3	2
9	2	2
10	2	3
11	2	3
12	2	2
13	2	2
14	2	1
15	2	1
16	2	2
17	2	1
18	2	1
19	3	2
20	2	2
21	2	2
22	2	1
23	2	2
24	3	2
25	2	2
26	2	2
27	2	2
28	2	1

Поле корреляции мотивация-стресс
(коэффициент Пирсона)



Выводы к результатам исследования

Результаты показали, что в исследуемой популяции средний уровень стресса ($117,18 \pm 21,54$ балла), а уровень мотивации находился на границе между средним и умеренно высоким ($16,75 \pm 5,25$ балла).

Низкий коэффициент корреляции (0,24).

Различия между критериями достоверны ($p < 0,05$, t-критерий Стьюдента).



Заключение

- 1 Средний уровень стресса может положительно влиять на мотивацию.
- 2 Высоко мотивированные люди склонны оценивать стресс, как нечто положительное, подстегивающее к выполнению поставленных задач.
- 3 Низкая стрессоустойчивость, как свойство личности и нахождение в стрессовых условиях, могут являться детерминантами страха, боязни навредить себе еще больше, что приводит к снижению мотивации.

СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!

