

Росмолодежь



Ресурсный
Молодежный
Центр



Студенческий
координационный
совет Профсоюза



студенческий конгресс

ИЩЕРОВ

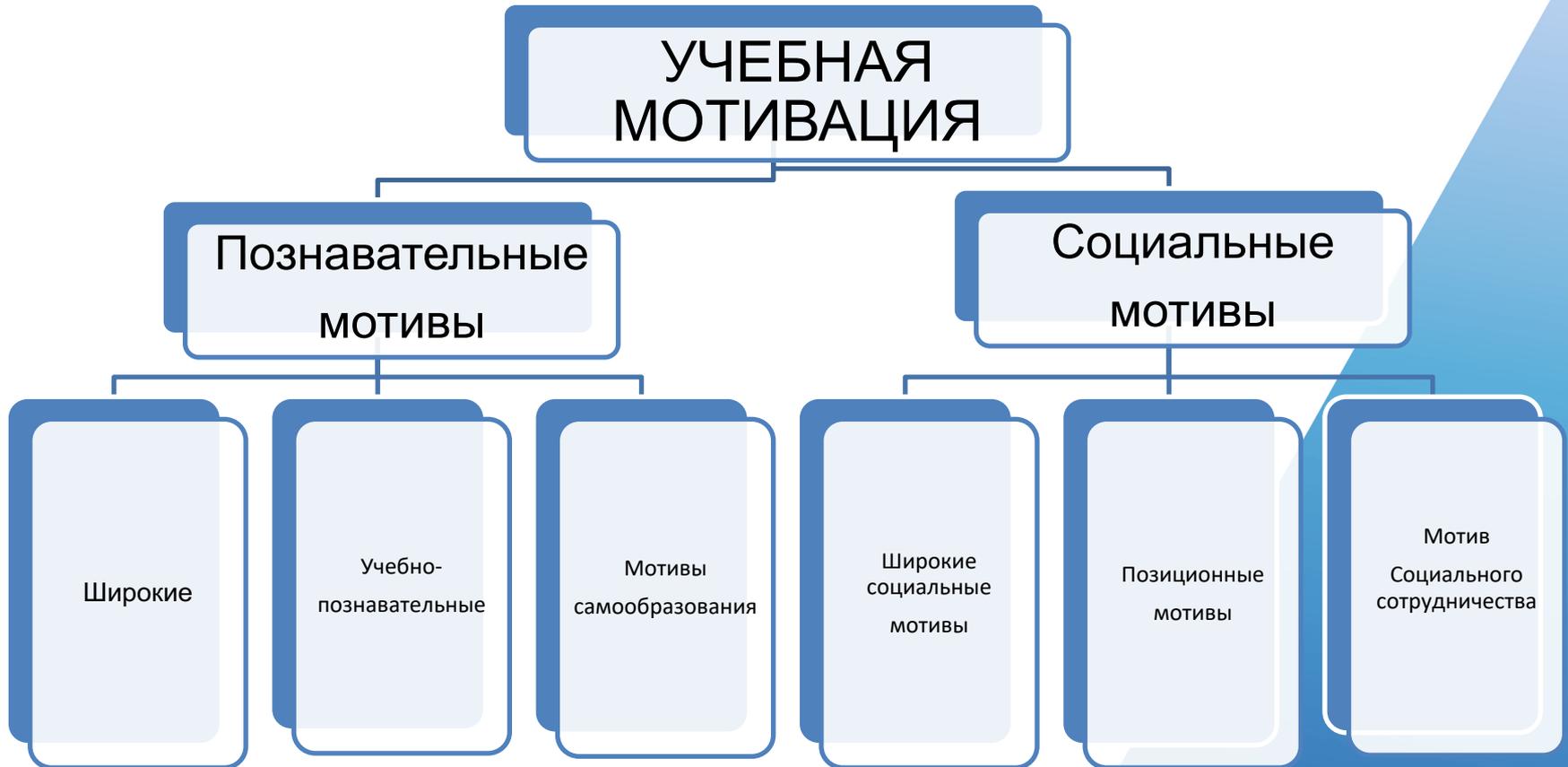
педагогических ВУЗОВ

Волгоград
7-9 сентября 2021 г.

Школьная
мотивация, лень
и прокрастинация –
что нужно знать
классному
руководителю ?

Адаскина Анна Анатольевна,
ФГБОУ ВО МГППУ,
доцент кафедры
«Педагогическая
Психология им. проф.
В.А. Гуружапова»

УЧЕБНАЯ МОТИВАЦИЯ



Понятие «лени»

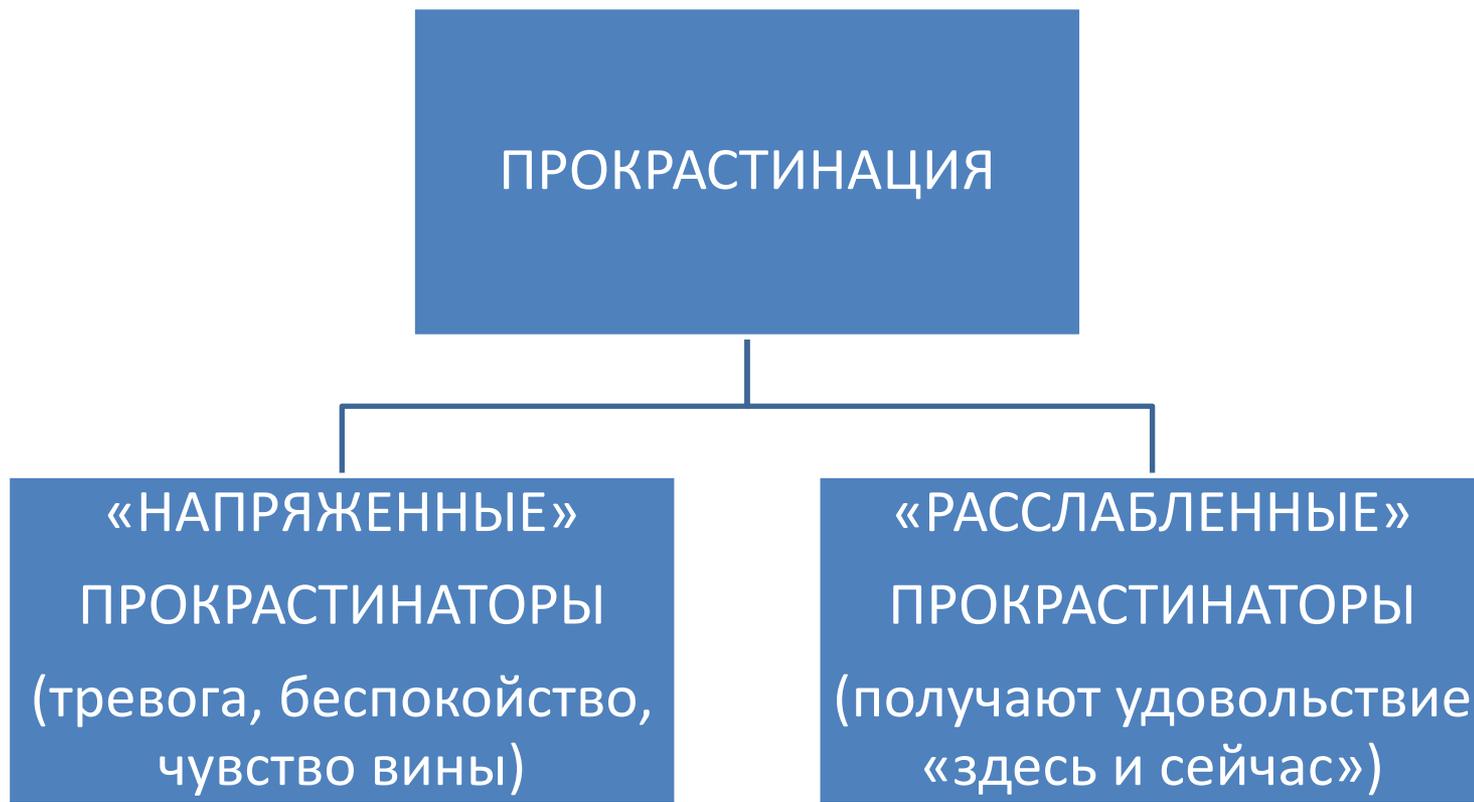
С. И. Ожегов: Лени — это отсутствие желания действовать, работать, любовь к безделью.

Е.Л. Михайлова выделяет три компонента лени (в отношении учебной деятельности):

- Мотивационный компонент: отсутствие мотивации или слабая мотивация к учебной деятельности;
- Поведенческий компонент: невыполнение необходимой деятельности;
- Эмоциональный компонент: равнодушие или положительные эмоции по поводу невыполнения требований в учебной деятельности.

Академическая прокрастинация

- склонность к постоянному откладыванию даже важных и срочных дел, приводящая к жизненным проблемам и болезненным психологическим переживаниям.
- Распространенный вариант дезадаптивного поведения в юношеском возрасте
- По результатам разных исследований:
- Примерно 40 % старшеклассников имеют высокий уровень прокрастинации
- Около 70-90 % молодых людей считают, что им свойственна прокрастинация



«Работа и личность. Трудоголизм. Перфекционизм. Лень» (2011)
Е.П. Ильин

ЗАДАЧИ УЧИТЕЛЯ

- Понять, изучить основы учебной мотивации (возрастные и индивидуальные), а также факторы, снижающие учебную мотивацию
- Изучение мотивации школьников с использованием психодиагностических методик, наблюдения, беседы.
- Выявление факторов, снижающих мотивацию
- Планирование работы по усилению мотивов учения
- Мониторинг (психодиагностика, обратная связь, беседы, наблюдение)

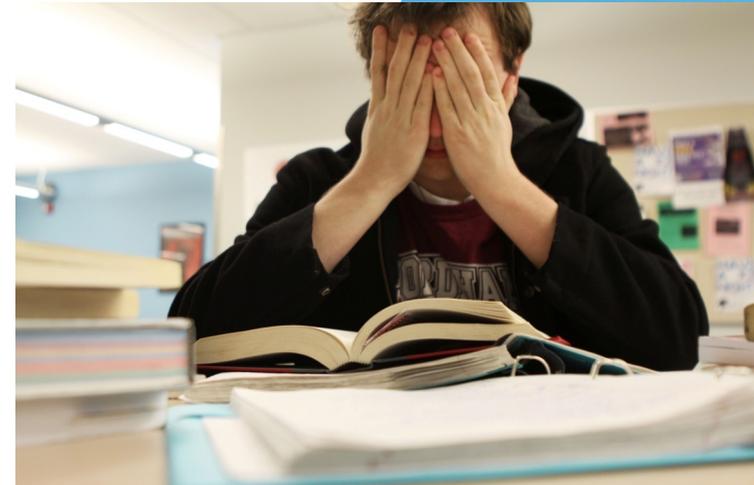
Мотивационные проблемы

- Несформированность мотивации подростка, интересы и мотивы поверхностны и изменчивы
- Ведущая деятельность -
- непонимание подростком смысла тех действий, которые требуют выполнять взрослые. Мотивация подростка лежит в иной плоскости
- Раздражение по отношению к навязываемым социумом планам, ролям, моделям поведения



Высокая тревога, неуверенность в себе, избегание неудачи, боязнь оценки

- Примерно четверть (24%) старшеклассников характеризуется высоким уровнем психологического напряжения (по данным М.М.Безруких)
- По последним статистическим данным 60-75% российских подростков имеют повышенный уровень тревожности имеют (Ложечкина А.Д. , Очирова М.Д. «Тревожность подростков: факторы риска, диагностика, анализ и условия коррекции»)
- Около 5%-15% имеют тревожное расстройство



СНИЖЕННАЯ ЭНЕРГЕТИКА, АСТЕНИЧНОСТЬ

- Астенический синдром очень часто становится причиной трудностей в обучении (распространенность 5-17%).
- Истощаемость, утомляемость
- Сложности с концентрацией, переключением, распределением внимания.
- Постоянная усталость
- Нарушений сна зарегистрированы у 23,7%,
- головные боли отмечались у 21%,
- раздражительность – у 15,8% подростков



Сложности самоорганизации, самомотивации, «слабая волевая сфера»

Средний школьный возраст является сенситивным для такого новообразования, как развитие самоорганизации учащихся в процессе обучения.

Деятельность учителя способствует развитию саморганизации у детей, если она направлена:

- на создание ситуации успеха,
- на инициировании субъект-субъектных отношений в процессе обучения через формирование позитивной мотивации учащихся;
- построена на принципах диалогичности и партнерства
- Чаще всего сложности самоорганизации встречаются у подростков, родители которых ведут себя авторитарно
- 12-13 лет – должен сформироваться самоконтроль над учебой



Е. Бурмистрова

Тайм –менеджмент школьника



- Осознает ли школьник, сколько времени он тратит на уроки. Если его спросить: «Вот ты сейчас над русским сколько времени просидел?», ответит ли он правильно? Насколько сильно он ошибется?
- Если его спросить: «Сколько времени ты провел за планшетом?», даст ли ребенок верный ответ?
- Способен ли школьник чувствовать время и вовремя собраться и выйти в школу или на занятия?

- Чувство времени
- Свои часы (не только в телефоне)
- Расчет времени (дорога, бытовые дела, учебные задания)
- Время «про запас»
- Умение разделить сложное дело на шаги и этапы
- Письменные расписания
- Передавать ответственность за контроль над своим временем маленькими шагами
- Безопасные дела: отсутствие подстраховки + право на ошибку

Эмоциональная саморегуляция

- Способность понимать себя, свои желания, свои эмоции и ставить цели
- Понимание собственных эмоций и состояний
- Умение учитывать индивидуальные ритмы
- Умение преодолевать страхи (страх «начать», страх оценки, страх «не справиться»)
- Умение справляться с неудачами
- Умение гибко обращаться с планами
- Умение работать с монотонными заданиями
- Умение отдыхать
- Умение подбодрить себя
- Умение видеть небольшой прогресс
- Умение найти ресурсы, на которые можно опираться

Детская и подростковая депрессия

Интеллектуальная заторможенность
как симптом депрессии

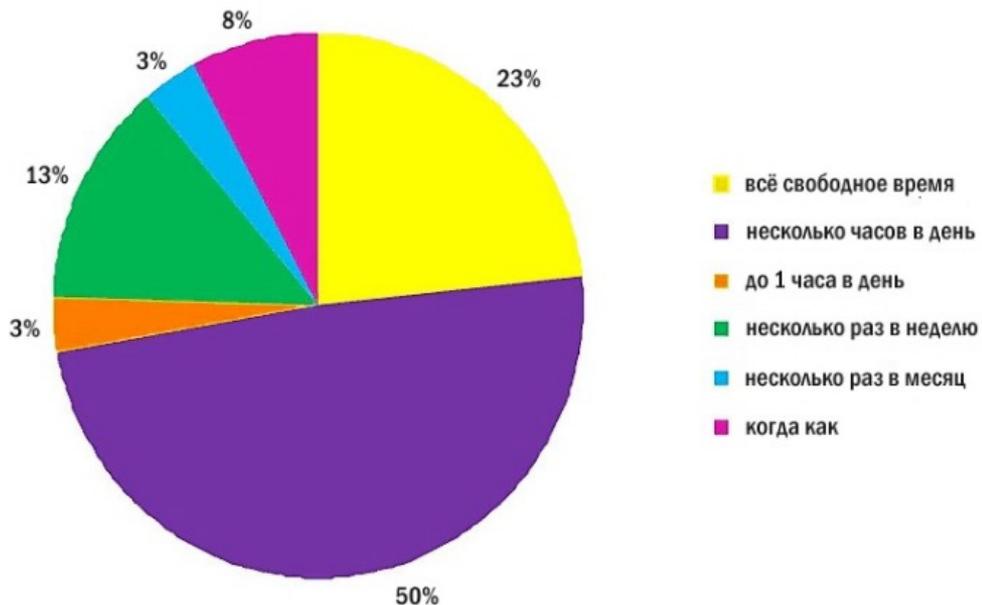
Маскированные формы депрессии

- Депрессивные состояния у подростков (13-17 лет) отмечаются - в 19%-22% случаев в популяции старших школьников:
- в обычной популяции – около 11%
- с выраженными формами школьной дезадаптации до 28%
- с наиболее выраженной степенью социальной дезадаптации - до 53%



Зависимость от гаджетов

- Время в сети больше, чем в реальности
- Телефон - это первое(после пробуждения)и последнее (перед сном), что видит ребенок
- Просмотр гаджетов за едой
- Поход с телефоном в туалет
- Если под рукой нет гаджета, ребенок не знает, чем себя занять, возникает дискомфорт, тревога, страх
- Время в сети идет в ущерб учёбе или работе
- Подросток готов терпеть неудобства, чтобы оставаться в сети (сидите на полу около розетки, например)
- Раздражается, если отвлечь от гаджета
- ...



Нейропсихологические нарушения, наблюдающиеся при интернет-зависимости

- функциональная несформированность префронтальных отделов мозга, а также слабость первого блока мозга и дефицитарность подкорковых образований (утомляемость, снижение концентрации внимания)
- более выраженные нарушения функции регуляции и контроля деятельности.
- С точки зрения нейропсихологической коррекции, мишенями являются нарушения первого и третьего блоков мозга, т. е. активации и тонуса, а также регуляции и контроля деятельности.

Индивидуальный стиль деятельности

Стремление к нагнетанию напряжения, откладывание дел до последнего момента.

Физиологической реакцией на стресс является выброс адреналина

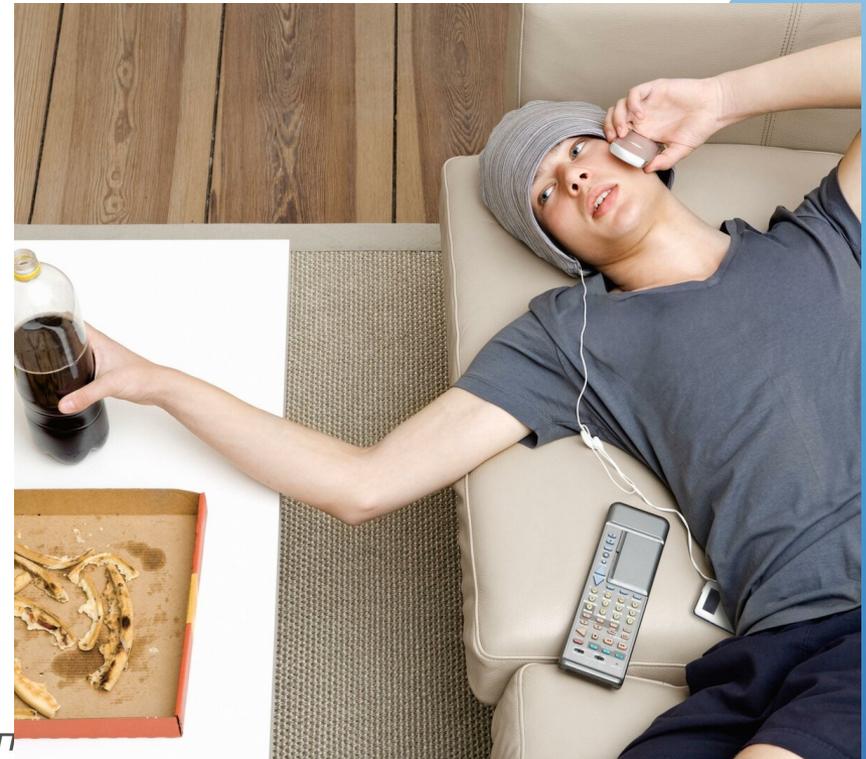
- повышает концентрацию внимания
- стимулирует работу всех систем и психических процессов



«Лень в собственном смысле слова» – избегание усилий, гедонизм, любовь к удовольствиям

А.Л. Венгер

Реже всего встречается лень в собственном смысле слова, гедонизм, совпадающий в бытовом сознании с избалованностью, когда ребёнок делает только то, что ему приятно и уклоняется от всего прочего



Психолого-педагогические условия повышения мотивации обучающихся

Организация типа обучения

- Проблемное обучение
- Постановка учебной задачи
- Уровень сложности
- Свободная дискуссия
- Поощрение разных мнений, поиска аргументации
- Поощрение самостоятельности мышления и критичности
- Уроки-исследования
- Предоставление выбора (уровня сложности, формы выполнения задания)

Характер взаимодействия «учитель-ученик»

- Психологическая грамотность учителя
- Учет возрастных особенностей и потребностей подростков
- Создание положительной эмоциональной атмосферы
- Демократический тип общения
- Снижение учебной тревожности
- Профилактика буллинга

Вопросы к кейсу

1. Какие основные мотивы учения у героини кейса?
2. Какие сильные мотивы, потребности (напрямую не связанные с учебой) можно предположить ?
3. Какие факторы мешают учебе? Что вызывает негативные эмоции?
4. Какое направление работы Вы бы выбрали с этой девушкой?

ПОЛЕЗНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

- Лекции Екатерины Бурмистровой
- Лекция Н.М. Иовчук «Депрессия у детей и подростков»
- Лекции М.М.
- Реан А.А., Новикова М.А., Коновалова И.А., Молчанова Д.В.
- Руководство по противодействию и профилактике буллинга. Москва 2019
- Гиппентрейтер Ю.Б. «Продолжаем общаться с ребенком. Так?»: АСТ, Астрель; М.:; 2008
- Захаров А.И. Неврозы у детей и подростков: Анамнез, этиология и патогенез. Л.: Медицина, 1988
- Кривцова С.В. Тренинг: учитель и проблемы дисциплины. М.: Генезис, 1997.
- Маркова А.К. Формирование мотивации учения в школьном возрасте: Пособие для учителя. М.: Просвещение, 1983

ПСИХОДИАГНОСТИЧЕСКИЕ МЕТОДИКИ

- Диагностика уровня учебной мотивации (М.И. Лукьянова)
- Определение мотивов учебной деятельности (М.Р. Гинзбург)
- Диагностика структуры учебной мотивации школьника (М.В. Матюхина)
- Методика диагностики мотивации учения и эмоционального отношения к учению (А.Д. Андреева)
- Шкала оценки академической прокрастинации PASS (Procrastination Assessment Scale for Students by L. Solomon & E. Rothblum) в адаптации Зверевой М.В
- «Опросник детской депрессии» (CDI), М. Ковач
- «Шкала депрессии Бека» (Beck Depression Inventory) Подростковый вариант опросника
- Шкала интернет-зависимости Чена (CIAS)