

# ПРОЯВЛЕНИЕ АВТОНОМНОСТИ/НЕАВТОНОМНОСТИ ДЕЙСТВИЙ СТУДЕНТОВ В ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЯХ

Салихова Н.Р., Линч М.Ф., Еремеева А.В.

Казанский (Приволжский) федеральный университет; Университет Рочестера

Nailya.Salihova@kpfu.ru

## Аннотация

Психические состояния, интегрируя процессы разного уровня, отражают и специфику мотивации, внешней или внутренней. Выявление специфики психического состояния при разной степени автономности действий человека стало целью эмпирического исследования. Респонденты (n=60) описывали две контрастные по степени автономности/неавтономности ситуации в университете. На основе качественного анализа были обнаружены различия эмоциональных, интеллектуальных, волевых и психофизиологических компонентов психических состояний. В ситуациях автономности указывались позитивные психические состояния (радость, воодушевление и др.). При отсутствии автономности чаще отмечались негативные состояния (гнев, подавленность, вина, стыд и рассеянность). Некоторые состояния (страх, тревога) упоминались при обоих типах мотивации одинаково.

Ключевые слова: психическое состояние, внутренняя мотивация, автономность, самодетерминация, образование.

В соответствии с концепцией А.О. Прохорова (А.О. Прохоров, 2011), психическое состояние – это отражение личностью ситуации в виде целостного устойчивого синдрома различных психологических характеристик, развертывающихся в континууме времени и выражающих единство поведения и переживания человека. Соответственно, психические состояния зависят и от мотивации действующего субъекта.

В психологии мотивации традиционно принято различать внутреннюю и внешнюю мотивацию действий человека (Н.Х.Хекхаузен, 1986). **Внутренняя мотивация** проявляется в свободном включении и участии человека в деятельности, совершаемом им по собственной инициативе и при отсутствии внешних требований или подкреплений, т.е. на основе собственного выбора. **Внешнюю мотивацию** обычно связывают с вынужденным участием в той или иной деятельности в силу давления внешних обстоятельств, обязательств или принуждения, причем человек осуществляет действия ради достижения внешних по отношению к ним целей.

Большое внимание исследованию различных эффектов внешней и внутренней мотивации уделяется в современных исследованиях в рамках теории самодетерминации (Deci, Ryan, 2000, 2017). В соответствии с теоретическими взглядами основателей данного подхода внутренняя мотивация основывается на одной из базовых психологических потребностей человека, а именно потребности в **автономии**. Данная потребность отражает врожденное стремление человека быть инициатором собственных действий, самостоятельно контролировать свои действия и поведение. В целом ряде исследований доказано, что удовлетворение данной базовой психологической потребности является необходимым для психологического здоровья человека (Deci, Ryan, 2000, 2017). Внутренняя мотивация определяет более высокую эффективность человека в различных видах его активности, в том числе, и в образовательной деятельности (Ryan, Lynch, 2003; Chirkov, Vansteenkiste, Tao, Lynch, 2007). Если потребность в автономии удовлетворяется, то человек в большей степени раскрывает свой потенциал, более эффективно взаимодействует с окружением и лучше развивается (Deci, Ryan, 2000). Авторы теории самодетерминации отмечают и то, что в ситуациях внутренней и внешней мотивации различается не только источник инициации активности и ее конечный результат, данные ситуации по-разному переживаются людьми (Deci, Ryan, 2017). Более того, в последнее время рассматривается специфика нервной регуляции при внут-

ренней мотивации (Murayama, Izuma, Aoki, & Matsumoto, 2016), психофизиологические основания автономности (Lee, 2016; Marsden, Ma, Deci, Ryan & Chiu, 2015; Di Domenico & Ryan, 2017b), ее связь с эмоциями (Di Domenico & Ryan, 2017a). Все вышесказанное послужило основанием *предположения* о том, что в ситуациях разной степени автономности/неавтономности своих действий, человек испытывает разные психические состояния.

Данное предположений было проверено в эмпирическом исследовании, целью которого было выявить специфику психических состояний человека в ситуациях разной степени автономности/неавтономности.

Участниками исследования стали 60 аспирантов естественно-научных и информационно-математических направлений подготовки Казанского университета. В ходе исследования им предлагалось вспомнить и описать в форме эссе две контрастные по степени автономности/неавтономности ситуации, связанные со временем студенчества и деятельностью студентов в университете. Одна ситуация предполагала автономность действий, т.е. преобладание внутренней мотивации, вторая – неавтономность, т.е. преобладание внешней мотивации. После описания ситуаций предлагалось сравнить их между собой по любым признакам.

В ходе анализа 60-ти эссе были определены основные первоначальные признаки, различающие описания обеих ситуаций – автономности и неавтономности. Всего получилось 16 вторичных категорий, включающие все обнаруженные в эссе признаки. Четыре из этих шестнадцати указывают на различные аспекты психических состояний, а именно, эмоциональный, психофизиологический, интеллектуальный и волевой аспекты.

Конкретизация данных категорий психических состояний и анализ частоты их встречаемости показал, что описывая ситуации разной степени автономности/неавтономности, респонденты больше всего внимания уделяли эмоциональным состояниям – эмоциям, чувствам и настроению. Описания интеллектуальных

состояний встречались реже, и меньше всего упоминались психофизиологические и волевые состояния.

В ситуациях автономности, т.е. преобладания *внутренней мотивации* у респондентов преобладали такие **эмоциональные состояния** как радость (36 %), страх (17 %) и воодушевление (7 %). Более трети (22 %) респондентов отметили, что во время протекания ситуации или после ее завершения испытывали гордость за себя и результат своей деятельности.

В ситуациях *внешней мотивации* описывались другие эмоциональные состояния: гнев (15 %) и страх (60 %). Некоторые из респондентов заметили, что именно гнев помог им внутренне собраться, мобилизоваться, приступить к активной деятельности и разрешить проблемную ситуацию. Респонденты отметили, что переживали также чувство стыда (5 %) и вины (5 %). Примечательно, что в ситуациях неавтономности состояние гордости упомянули лишь 2 % респондентов.

Некоторые эмоциональные состояния почти одинаково часто встречаются в ситуациях внутренней и внешней мотивации. Например, состояние страха в ситуации автономности упомянули 17 % респондентов, а в ситуации неавтономности – 20 %. Однако причины этих состояний были разные. Автономные ситуации чаще оценивались как более значимые для респондентов, они искренне переживали за успешность результата деятельности. В неавтономных ситуациях респонденты чаще всего были не заинтересованы в результатах деятельности и их переживания были вызваны возможными негативными последствиями незавершенной ситуации.

**Интеллектуальные состояния** в ситуациях внешней и внутренней мотиваций также отличались. В описании автономных ситуаций упоминались состояния увлеченности (18 %), интереса (60 %) и творческого вдохновения (5 %). В описаниях неавтономных ситуаций состояния увлеченности и творческого вдохновения не были упомянуты ни разу, а состояние интереса отметили лишь 5 % респондентов. В ситуациях внешней мотивации испытуемые переживали другие интеллек-

туальные состояния, такие как скука (12 %) и непонимание (5 %). Респонденты писали, что не могли усвоить необходимый материал, ссылаясь на скуку и непонимание.

**Волевые состояния** в ситуациях автономности и неавтономности также отличались. В ситуациях внешней мотивации преобладало состояние уверенности (13 %), в эссе подчеркивалось, что респонденты были уверены в собственных силах. В ситуации внешней мотивации лишь 1 % респондентов отметил психическое состояние уверенности.

В автономных ситуациях, чтобы приступить к активным действиям, испытуемым пришлось приложить волевые усилия, соответственно, 5 % респондентов пережили состояние решимости.

Сравнение **психофизиологических состояний** показал, что в ситуациях с внешней мотивацией преобладает состояние утомления (12 %), в ситуациях с внутренней мотивацией состояние бодрости (3 %). При этом в ситуациях неавтономности стресс упоминается в 12 % случаев, а в ситуации автономности в 2 %.

Обобщая полученные результаты, можно сделать вывод о том, что в ситуациях, когда человек является инициатором собственных действий и удовлетворяет свою потребность в автономии, он чаще испытывает положительные психические состояния – радость, гордость, интерес, увлеченность и уверенность. В ситуациях, когда действия человека контролируются извне и потребность в автономии не удовлетворяется, человек чаще переживает отрицательные состояния – гнев, вину, стыд, скуку и утомление. Таким образом, наше предположение подтвердилось: в зависимости от степени автономности/неавтономности ситуации, т.е. преобладания внешней или внутренней мотивации, человек испытывает разные психические состояния.

### **Литература**

*Прохоров А.О.* Психология состояний. – М.: Когито-Центр, 2011.

*Хекхаузен Н.Х.* Мотивация и деятельность: В 2 т. – М.: Педагогика, 1986.

*Chirkov V., Vansteenkiste M., Tao R., Lynch M.* The role of self-determined motivation and goals for study abroad in the adaptation of international students // *International Journal of Intercultural Relations*. 2007. V. 31. – P. 199-222.

*Deci, E.L., Ryan, R.M.* The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior // *Psychological Inquiry*. 2000. V. 11. – P. 227-268.

*Di Domenico, S. I., & Ryan, R. M.* Commentary: Primary emotional systems and personality: An evolutionary perspective. *Frontiers in Psychology*. 2017a. V. 8. P.1414. doi: [10.3389/fpsyg.2017.01414](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01414)

*Di Domenico, S. I., & Ryan, R. M.* The emerging neuroscience of intrinsic motivation: A new frontier in self-determination research. *Frontiers in Human Neuroscience*. 2017b. 11, P. 145. doi: <https://doi.org/10.3389/fnhum.2017.00145>

*Lee, W.* Insular cortex activity as the neural base of intrinsic motivation // S. Kim , J. Reeve , M. Bong. Recent developments in neuroscience research on human motivation (Advances in motivation and achievement). Bingley: UK: Emerald Group Publishing Limited. 2016. V. 19. P. 127-148.

*Marsden, K. E., Ma, W. J., Deci, E. L., Ryan, R. M., & Chiu, P. H.* Diminished neural responses predict enhanced intrinsic motivation and sensitivity to external incentive. *Cognitive, Affective, Behavioral Neuroscience*. 2015. V. 15. P. 276-286. doi: [10.3758/s13415-014-0324-5](https://doi.org/10.3758/s13415-014-0324-5)

*Murayama, K., Izuma, K., Aoki, R., & Matsumoto, K.* “Your choice” motivates you in the brain: The emergence of autonomy neuroscience. In In S. Kim, J. Reeve, & M. Bong (Eds.), “Your choice” motivates you in the brain: The emergence of autonomy neuroscience. Bingley, UK: Emerald Group Publishing Limited. 2016. V. 19. P. 95-125. doi: [10.1108/S0749-7423201719](https://doi.org/10.1108/S0749-7423201719)

*Ryan, R.M., Deci, E.L.* Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness. – New York: Guilford, 2017.

*Ryan, R. M., Lynch, M.F.* Motivation and classroom management // A companion to the philosophy of education / R. Curren (Ed.). – Oxford: Blackwell, 2003. – P. 260-271.

Линч Мартин Ф., Ph.D. Associate Professor, Warner School of Education and Human Development, University of Rochester Rochester, New York, U.S.A.

Салихова Наиля Рустамовна, профессор кафедры общей психологии ИПиО КФУ, доктор психологических наук, Nailya.Salihova@kpfu.ru

Еремеева Алина Владимировна, магистр ИПиО КФУ, [alina\\_ermeeva@list.ru](mailto:alina_ermeeva@list.ru)

MANIFESTATION OF THE AUTONOMY/NON-AUTONOMY OF STUDENTS'  
ACTIONS IN MENTAL STATES

Салихова Н.Р., Линч М.Ф., Еремеева А.В.

Kazan Federal University (Kazan); University of Rochester (Rochester)

Nailya.Salihova@kpfu.ru

Abstract

Mental states, integrating the processes of a different level, also reflect the specifics of motivation. Satisfaction of a person's need for autonomy is important for their effectiveness and should manifest itself in the specifics of mental state. Investigating this was the goal of the present empirical study. Participants ( $n = 60$ ) described two contrasting situations in the university in terms of their relative autonomy / non-autonomy. On the basis of qualitative analysis were found differences in the emotional, intellectual, volitional, and psychophysiological components of mental states. In situations of autonomy were specified positive mental states (joy, inspiration, pride, concentration, and confidence). In the absence of autonomy, most often were observed negative states (an-

ger, melancholy, guilt, shame, and distractibility). Some states (fear, anxiety) were noted equally in both types of motivation.

Key words: mental state, internal motivation, autonomy, self-determination, education.

Martin F. Lynch, Ph.D. Associate Professor, Warner School of Education and Human Development, University of Rochester Rochester, New York, U.S.A.

Salikhova Nailya R., Professor of Psychology at the Institute of Psychology and Education, Kazan (Volga Region) Federal University, Kazan, Russia, Nailya.Salihova@kpfu.ru

Eremeeva Alina V., master student at the Institute of Psychology and Education, Kazan (Volga Region) Federal University, Kazan, Russia, [alina\\_ereemeeva@list.ru](mailto:alina_ereemeeva@list.ru)

Для ссылок:

Салихова Н.Р., Линч М.Ф., Еремеева А.В. Проявление автономности/неавтономности действий студентов в психических состояниях // Психология состояний человека: Актуальные теоретические и прикладные проблемы / Материалы Третьей Международной научной конференции. Казань, 8-10 ноября 2018 г. / Отв. ред.: Б.С.Алишев, А.О.Прохоров, А.В.Чернов. – Казань: Изд-во Казан. ун-та, 2018. – С.439-443.