

УДК 37.015.3+37.026.7

DOI 10.37386/2413-4481-2026-3-69-74

Олеся Алексеевна Скорлупина*Алтайский государственный педагогический университет, г. Барнаул, Россия, skorlupina@mail.ru***Екатерина Максимовна Гусева***Средняя общеобразовательная школа № 137, г. Барнаул, Россия, yekaterina_guseva_2003@mail.ru*

САМООРГАНИЗАЦИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И УЧЕБНАЯ МОТИВАЦИЯ У СТАРШЕКЛАСНИКОВ

Аннотация. В статье представлены результаты эмпирического исследования самоорганизации деятельности и учебной мотивации у старшеклассников ($n = 100$, 16-17 лет). Выявлены значимые корреляционные связи между целеустремленностью, настойчивостью, самоорганизацией и такими компонентами мотивации, как мотивация самоуважения и амотивация. Обнаружены достоверные половые различия: девушки демонстрируют более высокие показатели самоорганизации, мотивации саморазвития и самоуважения, юноши – экстернальной мотивации и амотивации. Предложена программа тренинга для повышения уровня самоорганизации и учебной мотивации у старшеклассников. *Ключевые слова:* самоорганизация деятельности; учебная мотивация; старшеклассники; юноши и девушки; половые различия; амотивация.

Olesya A. Skorlupina*Altai State Pedagogical University, Barnaul, Russia, skorlupina@mail.ru***Ekaterina M. Guseva***Secondary School № 137, Barnaul, Russia, yekaterina_guseva_2003@mail.ru*

SELF-ORGANIZATION OF ACTIVITIES AND ACADEMIC MOTIVATION AMONG UPPER SECONDARY SCHOOL STUDENTS

Abstract. The article presents the results of an empirical study of activity self-organization and academic motivation in high school students ($n = 100$, aged 16-17). Significant correlations were found between purposefulness, persistence, self-organization and such motivation components as self-esteem motivation and amotivation. Reliable gender differences were revealed: female students show higher levels of self-organization, self-development motivation and self-esteem motivation; male students show higher levels of external motivation and amotivation. The article proposes a training programme designed to improve self-organization and academic motivation among upper secondary school students. *Keywords:* self-organization of activities; academic motivation; upper secondary school students; male and female students; sex differences; amotivation.

Современное образование предъявляет высокие требования к способности старшеклассников самостоятельно организовывать свою учебную деятельность. В условиях подготовки к единому государственному экзамену, профессиональному самоопределению и возрастающей информационной нагрузки проблема самоорганизации становится одной из ключевых в психолого-педагогической науке и практике. Старшеклассники сталкиваются с необходимостью грамотно распределять личное время, планировать подготовку к занятиям, совмещать учебу с дополнительными занятиями и подготовкой к поступлению в высшие учебные заведения. Однако, как показывают наблюдения и практика, значительная часть учащихся испытывает трудности в самоорганизации, что приводит к снижению успеваемости, повышению уровня тревожности и стресса, а в конечном счете к формированию амотивации – устойчивого отсутствия интереса к учебе [1; 2].

Самоорганизация деятельности – это осознанная совокупность природных и социально приобретенных свойств личности, проявляющихся в умении организовывать и контролировать себя, самостоятельно планировать свою деятельность, обоснованно и критично оценивать свои действия, быстро принимать решения и нести за них ответственность [3]. В основе понятия самоорганизации лежат способности и умения личности, которые связаны с обоснованной мотивацией, собственной дисциплинированностью, планированием своей работы, а также с самостоятельностью и целеустремленностью человека.

Понятие «самоорганизация» впервые было использовано в научной литературе У. Р. Эшби в 1947 году. В 1950–1970-е годы теорию самоорганизации развивал Г. Хакен, который определял самоорганизацию как процесс, в ходе которого создается, воспроизводится или совершенствуется организация сложной динамической системы [4]. С 1970-х годов понятие самоорганизации

было введено в педагогику, где оно стало пониматься как деятельность и способность личности, связанная с умением организовывать себя, свое время в процессе труда и отдыха.

В современной психолого-педагогической литературе отсутствует единое определение самоорганизации. Н. С. Копейна рассматривает самоорганизацию как осознанную совокупность мотивационно-личностных свойств, согласующихся с индивидуальными особенностями субъекта и оптимально воплощаемых в результатах деятельности [3]. А. М. Новиков подчеркивает, что процессы самоорганизации могут иметь место только в системах, обладающих высоким уровнем сложности и большим количеством элементов [5]. В нашем исследовании мы опирались на определение самоорганизации деятельности, предложенное Е. Ю. Мандриковой, которая рассматривает самоорганизацию как структурирование личного времени, тактическое планирование и стратегическое целеполагание [6].

Учебная мотивация, в свою очередь, является ключевым фактором, определяющим успешность обучения. По определению Л. И. Божович, мотив учебной деятельности – это побуждения, характеризующие личность школьника, ее основную направленность, воспитанную на протяжении предшествующей жизни [7]. А. К. Маркова понимает под учебной мотивацией направленность учащегося на отдельные стороны учебной работы, связанную с внутренним отношением ученика к ней [8]. Вслед за Т. О. Гордеевой мы трактуем учебную мотивацию как сложную динамическую систему, включающую иерархию мотивов, учебные цели и намерения, способы реагирования на трудности и неудачи [9; 10].

Период старшего школьного возраста (16–17 лет) является сензитивным для формирования самоорганизации и учебной мотивации. Согласно концепции возрастной периодизации Д. Б. Эльконина, этот возраст относится к периоду ранней юности, когда под воздействием ведущей учебной деятельности последовательно вырабатываются механизмы самоорганизации [11]. Старшеклассники начинают осознавать важность своей образовательной деятельности, становятся более ответственными за выполнение домашних заданий, подготовку к экзаменам, учатся составлять расписание, планировать свое время и расставлять приоритеты. Учебная мотивация в этом возрасте становится более сложной, она включает как внутренние, так и внешние факторы, а также влияние социального окружения.

Несмотря на значительное количество исследований, посвященных отдельно самоорганизации и учебной мотивации, вопрос о характере взаимосвязи этих двух феноменов у старшеклассников, а также о половых различиях остается недостаточно изученным. Особую актуальность приобретает изучение того, как самоорганизация связана с различными типами учебной мотивации – от внутренней познавательной до внешней и амотивации.

Исходя из вышесказанного, мы поставили целью нашего исследования изучить самоорганизацию деятельности и учебную мотивацию у старшеклассников. Нами были выдвинуты два допущения гипотезы: существует взаимосвязь самоорганизации деятельности и учебной мотивации у старшеклассников; существуют различия в самоорганизации деятельности и учебной мотивации у старшеклассников разного пола.

Исследование проводилось на базе МБОУ «Косихинская СОШ им. А. М. Топорова». Выборку составили 100 учеников 16–17 лет (50 юношей, 50 девушек). Исследование проводилось с соблюдением этических норм: все участники дали информированное согласие, анонимность ответов гарантирована. Использовались опросник самоорганизации деятельности (ОСД) Е. Ю. Мандриковой [6] и шкала академической мотивации школьников (ШАМ) Т. О. Гордеевой, О. А. Сычева, Е. Н. Осина [9; 10]. Статистическая обработка включала коэффициент ранговой корреляции Спирмена и U-критерий Манна – Уитни (IBM SPSS Statistics 20.0).

Анализ результатов по опроснику самоорганизации деятельности показал, что у старшеклассников по большинству шкал преобладают средний и высокий уровни самоорганизации. По шкале «плановместность» высокий уровень у 43 %, средний – у 45 %, что свидетельствует о том, что большинство учащихся склонны разрабатывать четкие планы и следовать им при достижении целей. По шкале «целеустремленность» высокий уровень у 46 %, средний – у 42 %. Это означает, что старшеклассники в полной мере видят и понимают свои цели, знают, чего хотят. По шкале «настойчивость» средний уровень у 40 %, высокий – у 30 %, низкий – у 30 %. Отсюда следует, что значительная часть учащихся склонна прилагать волевые усилия для завершения дел, но треть испытывает трудности в доведении начатого до конца. По шкале «фиксация» высокий уровень у 45 %, средний – у 28 %, что указывает на способность учащихся сосредоточиваться на одной задаче

и придерживаться расписания. По шкале «самоорганизация» высокий уровень у 40 %, средний – у 33 %, из чего можно заключить, что старшеклассники используют внешние средства организации деятельности (ежедневники, приложения) при планировании своего рабочего и личного времени. По шкале «ориентация на будущее» высокий и средний уровни в сумме составляют 74 %. Это указывает на то, что учащиеся видят связь между текущими действиями и долгосрочными целями. Общий показатель самоорганизации у 47 % находится на среднем уровне, у 36 % – на высоком, у 17 % – на низком. Можно говорить о том, что у большинства старшеклассников присутствуют достаточно развитые навыки самоорганизации, но есть группа учащихся (17 %), нуждающаяся в психолого-педагогической поддержке.

Анализ результатов по шкале академической мотивации показал, что у большинства старшеклассников все типы мотивации находятся преимущественно на среднем уровне. По шкале «познавательная мотивация» средний уровень у 49 %, высокий – у 29 %, низкий – у 22 %, что свидетельствует о наличии интереса к процессу познания у большинства учащихся. По шкале «мотивация достижения» средний уровень у 50 %, высокий – у 30 %; следовательно, половина учащихся стремится к высоким результатам в учебе и испытывает удовольствие от решения трудных задач. По шкале «мотивация саморазвития» средний уровень у 42 %, высокий – у 34 %, что указывает на стремление учащихся развивать свои способности и потенциал в рамках учебной деятельности. По шкале «мотивация самоуважения» средний уровень у 42 %, высокий – у 30 %. Это означает, что учащиеся учатся ради ощущения собственной значимости и повышения самооценки за счет достижений. По шкале «интроецированная мотивация»

средний уровень у 48 %, высокий – у 23 %; отсюда видно, что около половины учащихся испытывает чувство долга и стыда как побуждение к учебе. По шкале «экстернальная мотивация» средний уровень у 44 %, высокий – у 28 %, это говорит о том, что многие учатся, чтобы следовать требованиям социума (родителей, учителей, системы образования). Данный тип мотивации является наименее желательным с точки зрения развития автономии и внутренней вовлеченности. По шкале «амотивация» средний уровень у 50 %, высокий – у 17 %, низкий – у 33 %, то есть большая часть учащихся в определенной мере испытывает отсутствие интереса к учебе.

Таким образом, анализ полученных по методикам данных показал, что у большей части старшеклассников сформированы базовые навыки самоорганизации, однако 17 % учащихся (а по настойчивости – до 30 %) нуждаются в психолого-педагогической поддержке для развития волевых качеств и умения доводить дела до конца. У большинства старшеклассников преобладают средние уровни различных типов мотивации. Позитивным фактом является наличие у значительной части учащихся познавательной мотивации и мотивации достижения. Однако вызывают тревогу высокие показатели экстернальной мотивации (28 %) и амотивации (17 % – высокий, 50 % – средний уровень). Это свидетельствует о том, что значительная часть учащихся в той или иной степени не видит смысла в учебной деятельности или учится только под внешним давлением, что требует системной работы по повышению внутренней учебной мотивации.

Для проверки первого допущения гипотезы о взаимосвязи самоорганизации и учебной мотивации был проведен корреляционный анализ по Спирмену. Результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1

Значимые корреляционные связи между показателями самоорганизации деятельности и учебной мотивации у старшеклассников

Шкалы самоорганизации	Шкалы учебной мотивации	Коэффициент (r)	Уровень значимости
Планомерность	Мотивация самоуважения	0,254	$p \leq 0,05$
Целеустремленность	Мотивация самоуважения	0,225	$p \leq 0,05$
Самоорганизация	Мотивация самоуважения	0,300	$p \leq 0,05$
Настойчивость	Амотивация	0,217	$p \leq 0,05$
Целеустремленность	Амотивация	-0,286	$p \leq 0,01$

Примечание: $n = 100$, в таблице представлены только статистически значимые корреляции.

Как видно из таблицы 1, корреляционный анализ выявил несколько значимых связей. Между плановностью и мотивацией самоуважения обнаружена положительная корреляция ($r = 0,254$, $p \leq 0,05$). Это указывает на то, что учащиеся, которые лучше организуют свое время и последовательно работают над достижением целей, имеют более высокую мотивацию к учебе, основанную на самоуважении. Планирование своей деятельности создает основу для успешных достижений, которые укрепляют чувство собственной значимости. Положительная корреляция зафиксирована также между целеустремленностью и мотивацией самоуважения ($r = 0,225$, $p \leq 0,05$). Учащиеся с четкими целями и стремлением к их достижению чаще испытывают чувство самоуважения, поскольку постановка и достижение целей становятся источником позитивной самооценки. Наиболее сильная связь обнаружена между самоорганизацией и мотивацией самоуважения ($r = 0,300$, $p \leq 0,05$). Учащиеся с высокими навыками самоорганизации имеют более высокий уровень мотивации, основанной на самоуважении: умение эффективно планировать и управлять своим вре-

менем позволяет достигать учебных целей, что поддерживает уверенность в себе.

Кроме того, выявлена положительная корреляция между настойчивостью и амотивацией ($r = 0,217$, $p \leq 0,05$). Этот результат свидетельствует о том, что учащиеся с высокой настойчивостью продолжают выполнять учебные задачи даже при низкой внутренней мотивации. Настойчивость как волевое качество позволяет преодолевать отсутствие интереса и продолжать деятельность. Обнаружена также отрицательная связь между целеустремленностью и амотивацией ($r = -0,286$, $p \leq 0,01$). Учащиеся с высокой целеустремленностью испытывают значительно меньшую амотивацию, то есть наличие четких целей является защитным фактором против ощущения бессмысленности учебной деятельности. Таким образом, первое допущение гипотезы о существовании взаимосвязи между самоорганизацией деятельности и учебной мотивацией подтвердилось.

Для проверки второго допущения гипотезы о половых различиях выборка была разделена на две группы (50 юношей и 50 девушек). Использовался U-критерий Манна – Уитни. Результаты отражены в таблице 2.

Таблица 2

Достоверные различия между юношами и девушками по показателям самоорганизации и учебной мотивации

Шкалы	Пол	Средний ранг	U эмп.	Уровень значимости
Самоорганизация (ОСД)	Девушки	57,71	889,5	$p = 0,012$
	Юноши	43,29		
Мотивация саморазвития (ШАМ)	Девушки	56,31	959,5	$p = 0,045$
	Юноши	44,69		
Мотивация самоуважения (ШАМ)	Девушки	57,02	924,0	$p = 0,024$
	Юноши	43,98		
Экстернальная мотивация (ШАМ)	Девушки	44,04	927,0	$p = 0,025$
	Юноши	56,96		
Амотивация (ШАМ)	Девушки	40,75	762,5	$p < 0,001$
	Юноши	60,25		

Из таблицы 2 мы видим, что сравнительный анализ показателей у юношей и девушек с помощью U-критерия Манна – Уитни выявил достоверные различия. Девушки демонстрируют более высокие показатели по шкале «самоорганизация» ($U = 889,5$, $p = 0,012$). Это означает, что девушки больше склонны к использованию внешних средств организации деятельности (ежедневников, планеров, приложений-напоминаний) при планировании своего рабочего и личного времени. Данный результат может объясняться как

особенностями социализации (от девушек традиционно ожидают большей организованности и ответственности), так и более ранним созреванием регуляторных функций у женского пола. По шкале «мотивация саморазвития» показатели также выше у девушек ($U = 959,5$, $p = 0,045$). Девушки в большей степени стремятся к развитию своих способностей и потенциала в рамках учебной деятельности, чаще рассматривают учебу как возможность самореализации и личностного роста. Выше у девушек и мотивация самоуважения

($U = 924,0$, $p = 0,024$): они чаще учатся ради ощущения собственной значимости и повышения самооценки за счет учебных достижений.

В свою очередь, юноши имеют более высокие показатели по шкале «экстернальная мотивация» ($U = 927,0$, $p = 0,025$). Юноши чаще руководствуются внешними требованиями – необходимостью следовать ожиданиям родителей, учителей, требованиям образовательной системы. Учеба для них в большей степени является вынужденной деятельностью, чем внутренне мотивированной. Наиболее яркое различие обнаружено по шкале «амотивация»: у юношей показатели значительно выше ($U = 762,5$, $p < 0,001$). Юноши чаще испытывают отсутствие интереса и ощущения осмысленности учебной деятельности. Это тревожный сигнал, указывающий на необходимость разработки специальных мер по повышению внутренней учебной мотивации у юношей старшего школьного возраста. Таким образом, второе допущение гипотезы о существовании различий в самоорганизации деятельности и учебной мотивации у старшеклассников разного пола подтвердилось.

Полученные данные вносят, на наш взгляд, вклад в понимание сложной взаимосвязи между самоорганизацией и учебной мотивацией в старшем школьном возрасте. Результаты согласуются с исследованиями М. А. Воробьева [12], который также отмечал связь самоорганизации с мотивационными компонентами у студентов. Однако наше исследование расширяет эти данные, показывая, что наиболее тесная связь у старшеклассников наблюдается не с познавательной мотивацией, а с мотивацией самоуважения. Это может объясняться возрастными особенностями: в 16–17 лет ведущей потребностью становится потребность в самоуважении и признании со стороны значимых других. Учебная деятельность выступает как одна из сфер, где можно получить это признание, а самоорганизация – как инструмент достижения успеха.

Особого внимания заслуживает выявленная положительная связь между настойчивостью и амотивацией. Этот результат на первый взгляд противоречит логике, но может быть объяснен в рамках теории саморегуляции. Некоторые учащиеся с высокой настойчивостью продолжают учиться «по инерции» или из чувства долга, даже когда внутренний интерес полностью отсутствует. Настойчивость становится компенсаторным механизмом, позволяющим поддерживать учебную деятельность при низкой мотивации. Это мо-

жет иметь как позитивные (позволяет завершить обучение), так и негативные (связано с эмоциональным выгоранием) последствия.

Выявленные половые различия требуют отдельного обсуждения. Более высокая самоорганизация и внутренняя мотивация у девушек могут быть связаны как с биологическими (более раннее созревание лобных долей, ответственных за регуляцию поведения), так и с социальными факторами (разные ожидания от юношей и девушек в образовательной среде). Особую тревогу вызывают высокие показатели амотивации у юношей. Это согласуется с данными о том, что юноши в целом менее успешны в школьном обучении и чаще демонстрируют девиантное поведение.

Практическая значимость исследования заключается в разработке программы тренинга по повышению уровня самоорганизации деятельности и учебной мотивации у старшеклассников, которая может быть использована школьными педагогами и психологами. Программа рассчитана на 10 занятий по 40 минут, включает диагностический, основной и заключительный этапы. Основные темы занятий: «Давайте познакомимся», «Моя самоорганизация», «Школьные предметы», «Психологическая аптечка», «Мое время», «Мотивация в действии», «Организуй себя на максимум», «Мотивационная карта». Программа учитывает выявленные половые различия и направлена на развитие плановости, целеустремленности, навыков самоорганизации, а также на снижение амотивации, особенно у юношей. В программе используются активные методы обучения: дискуссии, ролевые игры, упражнения на планирование и целеполагание, техники тайм-менеджмента, приемы повышения самооценки и снижения тревожности. Предполагается, что реализация программы будет способствовать решению проблемы развития самоорганизации деятельности и повышению уровня учебной мотивации у старшеклассников.

Итак, проведенное нами исследование позволило сделать следующие выводы.

1. У большинства старшеклассников выявлены средние и высокие уровни самоорганизации деятельности, что свидетельствует о достаточно развитых навыках планирования и целеполагания в этом возрасте. Однако значительная часть учащихся (около 17–20 %) демонстрирует низкие показатели по отдельным шкалам, что требует психолого-педагогической поддержки. Уровни учебной мотивации также находятся преимуще-

ственно в среднем диапазоне, при этом амотивация (отсутствие интереса к учебе) выражена у половины учащихся на среднем уровне, что является тревожным сигналом.

2. Подтверждена гипотеза о существовании взаимосвязи между самоорганизацией деятельности и учебной мотивацией. Выявлены значимые положительные корреляции между плановностью, целеустремленностью, самоорганизацией и мотивацией самоуважения, а также между настойчивостью и амотивацией. Обнаружена отрицательная связь между целеустремленностью и амотивацией. Эти результаты показывают, что развитие навыков самоорганизации (особенно целеустремленности и плановности) может служить ресурсом для повышения учебной мотивации, в первую очередь за счет укрепления самоуважения и осмысленности учебной деятельности.

3. Подтверждена гипотеза о существовании половых различий. Девушки превосходят юношей по самоорганизации, мотивации саморазвития и мотивации самоуважения. Юноши, в свою очередь, имеют более высокие показатели экстернальной мотивации и амотивации. Наиболее выраженное различие по амотивации, что указывает

на необходимость адресной работы с учебной мотивацией юношей старшего школьного возраста.

4. Разработана программа тренинга, направленная на повышение уровня самоорганизации деятельности и учебной мотивации у старшеклассников, с учетом выявленных половых различий, которая определяет практическую значимость проведенного исследования. Полученные результаты могут быть использованы школьными психологами, педагогами и классными руководителями для оптимизации учебного процесса и разработки индивидуальных маршрутов психолого-педагогического сопровождения старшеклассников.

Перспективы дальнейших исследований, на наш взгляд, могут включать несколько направлений. Целесообразно провести лонгитюдное исследование для выявления динамики самоорганизации и мотивации у старшеклассников, включить в выборку учащихся из разных типов школ (лицеев, гимназий, обычных школ), а также использовать дополнительные методы сбора данных (наблюдение, экспертные оценки учителей). Ключевым направлением является, по нашему мнению, апробация разработанной программы тренинга и оценка ее эффективности в экспериментальном исследовании.

Список источников

1. Бритвин П. В. Педагогические условия совершенствования самоорганизации старшеклассников. Н. Новгород: ВГИПА, 2008. 24 с.
2. Котова С. С. Самоорганизация учебно-профессиональной деятельности студентов. Н. Новгород: ВГИПА, 2006. 105 с.
3. Копейна Н. С. Самоорганизация в системе свойств индивидуальности // Личность в системе общественных отношений. М.: АН СССР, 1983. С. 123–130.
4. Хакен Г. Информация и самоорганизация. М.: Прогресс, 1986. 152 с.
5. Новиков А. М. Российское образование в новой эпохе // Парадоксы наследия. Векторы развития. 2000. № 6. С. 272.
6. Мандрикова Е. Ю. Опросник самоорганизации деятельности (ОСД) // Психологическая диагностика. 2010. № 2. С. 87–105.
7. Божович Л. И. Проблемы развития мотивационной сферы ребенка // Вестник практической психологии образования. 2012. № 7. С. 65–67.
8. Маркова А. К. Формирование мотивации учения в школьном возрасте. М.: Просвещение, 1983. 96 с.
9. Гордеева Т. О. Внутренняя и внешняя учебная мотивация академически успешных школьников // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2011. № 3. С. 33–45.
10. Гордеева Т. О. Психология мотивации достижения. М.: Смысл, 2012. 332 с.
11. Эльконин Д. Б. Детская психология. М.: Академия, 2008. 384 с.
12. Воробьев М. А. Связь мотивации учебной деятельности с самоорганизацией деятельности у студентов // Педагогическое образование в России. 2022. № 6. С. 184–188.

Статья поступила в редакцию 15.05.2026; одобрена после рецензирования 15.06.2026; принята к публикации 22.06.2026.

The article was submitted 15.05.2026; approved after reviewing 15.06.2026; accepted for publication 22.06.2026.