*Коркос Я.О.*
*м. Київ, Україна*
*Київський столичний університет імені Бориса Грінченка*

# МЕЖІ ЕМПІРИЧНОГО ОБҐРУНТУВАННЯ ЗАКОНУ ЄРКСА-ДОДСОНА У ПОЯСНЕННІ МОТИВАЦІЇ

Закон Єркса-Додсона часто тлумачать як твердження про те, що помірна мотивація забезпечує найкращий результат, а надмірна його погіршує. Проте перенесення даних про збудження та силу стимулу на мотиваційні процеси потребує окремого емпіричного обґрунтування. Для психології особистості це питання має практичне значення, оскільки впливає на рекомендації щодо навчання та саморозвитку.

Мета роботи: визначити межі емпіричного обґрунтування мотиваційної інтерпретації закону Єркса-Додсона. Для цього в межах критичного огляду зіставлено змінні, завдання та висновки відібраних досліджень і теоретичних праць.

Вихідною точкою аналізу є дослідження R. M. Yerkes та J. D. Dodson 1908 року, де миші навчалися розрізняти світлий і темний проходи, отримуючи електричне подразнення за помилковий вибір. Автори варіювали силу подразника та складність розрізнення, оцінюючи кількість проб до засвоєння навички. За простого розрізнення сильніший подразник прискорював навчання в дослідженому діапазоні; за складнішого сприятливішим було слабше або проміжне подразнення [1]. Результати стосувалися конкретних умов стимуляції та не встановлювали універсальної залежності між мотивацією людини й результативністю.

Ширше мотиваційне тлумачення виникло в подальших інтерпретаціях цих результатів. Як показав К. Тейген, силу стимулу поступово замінювали мотивацією, збудженням, тривогою або стресом, а швидкість формування навички – різними показниками результативності

[2]. Такі заміни змінюють предмет перевірки, тому застосування закону потребує уточнення досліджуваного процесу та способу його вимірювання.

Сучасні дослідження допомагають конкретизувати, які з цих інтерпретацій мають емпіричну підтримку. У дослідженні L. Beerendonk та колег із вибіркою 28 чоловіків використано шість слухових і зорових завдань. Найвища перцептивна чутливість відповідала проміжному розміру зіниці перед появою стимулу – непрямому показнику збудження [3]. Отриманий зв'язок стосується саме збудження; однорідність вибірки та характер завдань обмежують його узагальнення. S. Nieuwenhuis, коментуючи це дослідження, зазначає, що запропонована авторами обчислювальна модель передбачає однаковий оптимум збудження незалежно від складності завдання й придатна лише для відносно простих рішень [4].

Перенесення цієї залежності на мотивацію потребує даних про її безпосередні вимірювання. Метааналіз C. Cerasoli та співавторів охопив 183 дослідження за участю 212 468 осіб. Внутрішня мотивація позитивно пов'язувалася з результативністю та краще передбачала якість виконання, тоді як зовнішні стимули – кількість результатів [5]. Хоча цей метааналіз не перевіряв перевернуту U-подібну залежність безпосередньо, він показує необхідність враховувати тип мотивації та показник результативності.

Зіставлення джерел показує, що застосовність закону залежить від вимірюваної змінної, характеристик завдання та можливості поширення результатів на інші групи й умови. Тому перевірка мотиваційної інтерпретації потребує окремих вимірювань мотивації та збудження, а також порівняння лінійних і нелінійних моделей їхнього зв'язку з результативністю.

Отже, розглянуті джерела підтримують перевернуту U-подібну залежність між збудженням і результативністю за певних умов, проте не

дають достатніх підстав для універсального твердження, що надмірна мотивація погіршує діяльність. У навчанні та саморозвитку використання закону Єркса-Додсона потребує уточнення виду мотивації, завдання та очікуваного результату. Практичні рекомендації мають спиратися на дослідження відповідного виду діяльності.

**Список використаних джерел**

1. Yerkes R. M., Dodson J. D. The relation of strength of stimulus to rapidity of habit-formation. Journal of Comparative Neurology and Psychology. 1908. Vol. 18, no. 5. P. 459–482. DOI: 10.1002/cne.920180503.

2. Teigen K. H. Yerkes-Dodson: A law for all seasons. Theory & Psychology. 1994. Vol. 4, no. 4. P. 525–547. DOI: 10.1177/0959354394044004.

3. Beerendonk L., Mejías J. F., Nuiten S. A., de Gee J. W., Fahrenfort J. J., van Gaal S. A disinhibitory circuit mechanism explains a general principle of peak performance during mid-level arousal. Proceedings of the National Academy of Sciences. 2024. Vol. 121, no. 5. e2312898121. DOI: 10.1073/pnas.2312898121.

4. Nieuwenhuis S. Arousal and performance: Revisiting the famous inverted-U-shaped curve. Trends in Cognitive Sciences. 2024. Vol. 28, no. 5. P. 394–396. DOI: 10.1016/j.tics.2024.03.011.

5. Cerasoli C. P., Nicklin J. M., Ford M. T. Intrinsic motivation and extrinsic incentives jointly predict performance: A 40-year meta-analysis. Psychological Bulletin. 2014. Vol. 140, no. 4. P. 980–1008. DOI: 10.1037/a0035661.