

## ОГЛАВЛЕНИЕ

|                                                                                                                                                                                       |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| ВВЕДЕНИЕ.....                                                                                                                                                                         | 2  |
| ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ ИССЛЕДОВАНИЯ<br>ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА ..                                                                       | 7  |
| 1.1. Определение понятия «воля», «волевые качества» в научной психолого-<br>педагогической литературе .....                                                                           | 7  |
| 1.2. Психологические особенности младших подростков.....                                                                                                                              | 13 |
| 1.3. Возможности развития волевых качеств детей младшего подросткового<br>возраста .....                                                                                              | 25 |
| Выводы по Главе 1 .....                                                                                                                                                               | 29 |
| 2.1. Организация и методы исследования .....                                                                                                                                          | 30 |
| 2.2. Результаты эмпирического исследования волевых качеств детей младшего<br>подросткового возраста .....                                                                             | 31 |
| 2.3. Направления и содержание психолого-педагогической работы по<br>развитию волевых качеств детей младшего подросткового возраста посредством<br>занятий с элементами тренинга ..... | 39 |
| 2.4. Анализ эффективности проведенной работы .....                                                                                                                                    | 44 |
| Выводы по Главе 2 .....                                                                                                                                                               | 49 |
| ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....                                                                                                                                                                      | 51 |
| БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК .....                                                                                                                                                        | 53 |
| ПРИЛОЖЕНИЕ .....                                                                                                                                                                      | 58 |

## ВВЕДЕНИЕ

Жизнь каждого человека представляет собой череду удачных или неудачных выборов и решений, которые привели к тем или иным последствиям. В процессе развития человек учится продумывать последствия своих выборов наперед, более широко смотрит на свою жизнь. Большое влияние на поведение человека и эффективность его деятельности в определенных условиях социальной среды оказывают волевые качества [29].

Значимость развития волевых качеств у детей подчеркивается в федеральном государственном образовательном стандарте РФ, а именно в описании личностных результатов обучающихся: «...умеющий учиться, осознающий важность образования и самообразования для жизни и деятельности, способный применять полученные знания на практике...» [28, с. 4], «...уважающий других людей, умеющий вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания, сотрудничать для достижения общих результатов...» и другие [Там же].

Воля характеризуется проявлением определенной степени социальной активности человека в различных сферах жизни: труде, учебной деятельности, общении. Именно волевые качества личности помогают контролировать и управлять собственными стимулами с учетом не только личных потребностей, но и потребностей социума [14; 27].

Волевые качества – это свойства личности сложившиеся в процессе получения жизненного опыта, эти свойства связаны с реализацией воли и преодолением препятствий на жизненном пути, так же они являются основой решительности, самостоятельности, смелости, выдержки и самообладания человека [47].

Исследованиями воли занимались отечественные ученые: М.Я. Басов, Л.С. Выготский, В.А. Иванников, Е.П. Ильин, А.Ф. Лазурский, А.Н. Леонтьев,

С.Л. Рубинштейн и другие. Большой вклад в развитие проблемы воли внес С.Л. Рубинштейн [6]. Эти и многие другие исследователи психологии описывают то, как могут проявляться волевые качества в личности человека.

Е.П. Ильин [23] выделял два класса волевых качеств – собственно волевые («простые») и морально-волевые («сложные»). Собственно волевые качества делятся на две группы: первая группа характеризует целеустремлённость, длительность удержания побуждений, волевого усилия, к ней относятся терпеливость, упорство и настойчивость. Вторая группа характеризует самообладание, к ней относятся смелость, выдержка и решительность.

Исследованиям воли и волевых характеристик в подростковом возрасте посвящено немногочисленное число работ: значимость изучения волевой сферы подростка подчеркивают Л.И. Божович, И.С. Кон, А.К. Маркова, Н.А. Серова, И.С. Сивова, Д.И. Фельдштейн и другие. В плане изучения волевых качеств в подростковом возрасте научный интерес представляют исследования И.В. Баязитовой, С.И. Хохлова, Т.И. Шульги [35].

Т.И. Шульга [48] выделяла следующие волевые качества: целеустремленность, инициативность, самостоятельность, выдержка, самообладание, решительность.

Сочетая в общем понятии «волевые качества» уникальные по своей сути проявления личности, можно говорить о различных методах их развития. По мнению В.М. Булгакова [10] одним из методов является психологический тренинг, который, совмещая в себе признаки активного и интерактивного обучения, позволяет создать ситуации включения обучающихся в интенсивный процесс межличностного и внутригруппового общения. Благодаря этому усиливается коммуникативный обмен, дифференцируется восприятие и понимание себя и поведения других участников, накапливается опыт партнерского общения в субъект-субъектном взаимодействии, активизируется

процессы личностного саморазвития. Таким образом преимущества психологического тренинга благоприятно сказываются на развитии волевых качеств.

Основным дефицитом исследования данной темы остается недостаточная изученность эффективных способов развития волевых качеств личности в данный возрастной период в образовательной организации.

Значимость темы исследования состоит и в том, что наличие волевых качеств у личности, а также их развитие, очень важный вопрос в современном мире. Ведь двигать прогресс вперед могут только те люди, у которых имеются развитые волевые качества, а также есть способность применить эти качества на пользу общества, поскольку воля участвует в управлении нашим поведением, осуществляет осознанное регулирование нашей деятельности. Воля помогает совершать не только задуманное, но и помогает преодолевать трудности, возникающие в повседневной жизни [2].

Цель исследования: теоретически обосновать и реализовать возможности развития волевых качеств детей младшего подросткового возраста посредством занятий с элементами тренинга.

Задачи исследования:

1. Проанализировать научную психолого-педагогическую литературу: изучить понятие «волевые качества» в психологических исследованиях; рассмотреть психологические особенности детей младшего подросткового возраста; охарактеризовать волевою сферу детей младшего подросткового возраста.

2. Эмпирическим путем выявить особенности проявления волевых качеств детей младшего подросткового возраста.

3. Разработать комплекс занятий с элементами тренинга, направленный на развитие волевых качеств детей младшего подросткового возраста.

4. Изучить эффективность проведенной психолого-педагогической работы.

Объект исследования – волевые качества.

Предмет исследования – развитие волевых качеств детей младшего подросткового возраста посредством занятий с элементами тренинга.

Гипотеза исследования: развитие волевых качеств детей младшего подросткового возраста посредством занятий с элементами тренинга будет эффективным если: реализуется активная позиция участников в тренинге; поддерживаются субъект-субъектные отношения между участниками; учитывается воздействие группы (процессы в малой социальной группе); используется разнообразие приемов и техник активного обучения; присутствует вербализованная рефлексия.

Методы исследования:

- теоретические: анализ литературы по проблеме исследования;
- эмпирические: опросные методы, тестирования;
- методы количественной и качественной обработки данных.

Для решения поставленных задач были использованы следующие методики:

1. «Тест на целеустремлённость» Р. Персо. (цель: определение уровня целеустремленности школьников)
2. Тест «Способность к самоутверждению». Е.А. Киреева и Т.Д. Дубовицкая (цель: определение уровня выраженности уверенности с своих решениях (самоутверждения))
3. Тест «Способны ли вы решать свои проблемы?» Я. Монич (цель: определение выраженности способности к самостоятельности)
4. Тест «Решительность» Н. Н. Обозов (цель: определить уровень адаптации школьника)
5. Опросник для самооценки терпеливости Е.П. Ильин и Е.К. Фешенко (цель: диагностика выраженности терпеливости)

6. Краткая шкала самоконтроля, BSCS (цель: исследование самоконтроля как черты, включающей способность управлять своим поведением, эмоциями)

База исследования и выборка. Исследование проводилось на базе МАОУ Лицей № XX г. Красноярск. Выборку составили 50 обучающихся

Научная новизна: в ходе эмпирического исследования было установлено, что волевые качества детей младшего подросткового возраста характеризуются следующим: подростки инициативны, проявляют самостоятельность, обладают выдержкой, самообладанием. При этом могут действовать недостаточно целеустремленно и решительно при решении задач (в учебной и внеучебной деятельности). Путем констатирующего эксперимента было доказано, что эффективное развитие волевых качеств включает в себя соблюдение следующих условий: реализуется активная позиция участников в тренинге; поддерживаются субъект-субъектные отношения между участниками; учитывается воздействие группы (процессы в малой социальной группе); используется разнообразие приемов и техник активного обучения; присутствует вербализованная рефлексия

Практическая значимость: результаты работы будут полезны педагогам, школьным психологам для организации работы с подростками по развитию их волевых качеств.

Структура работы: выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения и библиографического списка.

# **ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА**

## **1.1. Определение понятия «воля», «волевые качества» в научной психолого-педагогической литературе**

Понятия «воля» и «волевые качества» занимают одно из важнейших мест в научной психолого-педагогической литературе. Воля — способность человека принимать решения на основе мыслительного процесса и направлять свои мысли и действия в соответствии с принятым решением.

Анализ научной литературы показывает разнообразие подходов к пониманию воли. Например, некоторые исследователи акцентируют внимание на ее когнитивной составляющей — способности к планированию, прогнозированию последствий и анализу ситуации. Другие — на эмоциональной составляющей, подчеркивая роль мотивации, стойкости и уверенности в себе. Третьи выделяют волевую регуляцию как способность контролировать свои эмоции, импульсы и поведение, адаптируясь к изменяющимся обстоятельствам. Исследованием данной темы занимались такие отечественные ученые как Г.Д. Бабушкина, В.Н. Смоленцева, М.Я. Басов, Л.С. Выготский, В.И. Селиванов, Е.П. Ильин и В.А. Иванников. Так же изучением темы занимались зарубежные психологи: Р. Баумастер, Кэрл С. Дуэк, К. Левин, Ж. Нюттен [3].

Г.Д. Бабушкин, В.Н. Смоленцева [5] характеризуют волю, как способность человека совершать рациональные действия, сфокусированные на получение желаемого результата, важного для удовлетворения личных потребностей индивида. Действия, осуществляемые с применением волевых усилий, отличаются осознанным направлением.

В исследовании М. Я. Басова [6] подчеркивается роль воли как ключевого элемента, который не просто осуществляет контроль над умственными

процессами индивидуума, но и играет важную роль в управлении его жизненной активностью. Следовательно, способность человека к саморегуляции своего поведения является прямым следствием этой волевой деятельности.

Психолог Л.С. Выготский [13] акцентировал внимание на разнообразии волевого поведения. Он подчеркивает, что действия, необходимые для достижения поставленных человеком целей, составляют основу его поведения, которое, в свою очередь, зависит от преобладания определенных волевых качеств, сформировавшихся у индивидуума на данном этапе его развития. Используя волевые усилия в своих интересах, человек может изменять окружающую среду в нужном для себя направлении. Теория Л. С. Выготского позволяет рассматривать волю как психическую саморегуляцию, результаты которой заключаются в способности выбирать и реализовывать интересующие нас мысли, цели, желания, действия и эмоции. Это и есть проявление воли. Чем выше уровень сформированных волевых качеств, тем более разнообразным и нестандартным будет выбор. Кроме того, Л. С. Выготский также акцентировал внимание на том, какими способами люди могут принимать сложные решения в экстремальных ситуациях. Например: перед выполнением действия, требующий каких-либо волевых усилий, с целью повышения особой сосредоточенности, человек сначала может посчитать до трех, а потом преступить к работе. Или же вовсе связать свой выбор с каким-либо материальным предметом, то есть совершение того или иного выбора будет зависеть от того, какая сторона монеты окажется на поверхности, после ее подбрасывания.

В концепции В.И. Селиванова [33] воля рассматривается как инструмент, который помогает человеку противостоять внутренним раздражителям, способным помешать достижению поставленных целей. Психолог считает, что волевая регуляция должна всегда сопровождать целенаправленные действия индивида, и ее активность будет считаться завершенной только тогда, когда субъект достигнет необходимого результата в своих действиях. Подобные идеи

высказывает и М.Я. Басов [6], который утверждает, что волевая регуляция проявляется не только во внешнем поведении, но и во внутреннем, например, в контроле над мыслями, настроением и эмоциями.

В мотивационно-деятельностной теории В.А. Иванникова [22] основным источником волевого поведения являются внутренние мотивы человека, которые побуждают его к сознательным, целенаправленным и рациональным действиям, направленным на преодоление неблагоприятных внешних воздействий. Эти мотивы могут иметь этическую, эстетическую, личностную и другие направленности. Психолог приходит к выводу, что чем выше уровень мотивации человека к удовлетворению своих желаний, тем более волевым будет его поведение в процессе достижения необходимых благ. Кроме того, существуют случаи, когда эта зависимость может проявляться и в обратном направлении: волевые качества, на определенном уровне их развития, могут оказывать влияние на степень мотивации. Подобные особенности могут проявляться в ходе образовательного процесса, когда ребенок, изучая различные научные дисциплины и переходя в старшие классы, со временем изменяет свое ментальное восприятие предметов, которые ранее вызывали у него негативные чувства. Таким образом, суть данной теории заключается в тесной взаимосвязи понятий «воля» и «мотивация». Процессы, заложенные в мотивации, активизируют волевые компоненты, целью которых становится завершение начатых действий.

К подобному обоснованию можно отнести и взгляды Е.П. Ильина [24] на данную проблему. В его концепции также заостряется внимание на мотивации как на ключевом элементе, необходимом для достижения целей. Однако, в отличие от мотивационно-деятельностной теории, где стимулы, побуждения и мотивы рассматриваются как отдельные, обособленные понятия, в теории Е. П. Ильина эти компоненты представляют собой разновидность волевого

поведения. Другими словами, воля включает не только самоуправление, саморегуляцию и самоконтроль, но и осознанное самоосуждение.

Исследования Р. Баумастера [7] показали, что силу воли можно развивать и необходимо использовать как ресурс. Он также выявил, что воля и энергия для самоконтроля имеют свои пределы и могут истощаться, что называется «эффектом истощания волевого усилия». Это значит, что постоянное воздействие стресса и трудностей может снижать способность человека к самоконтролю. Р. Баумастер советует применять силу воли в конкретных ситуациях, где это действительно необходимо, а также разрабатывать стратегии для сохранения и восстановления этого ресурса. К примеру, планирование и организация задач, медитация, здоровый образ жизни и поддержка со стороны окружающих могут способствовать улучшению силы воли. Таким образом, исследования Р. Баумастера подчеркивают значимость самоконтроля и умения управлять своими мыслями, эмоциями и поведением для достижения успеха как в личной, так и в профессиональной жизни.

К.С. Дуэк [32] классифицирует людей на два типа: с фиксированным менталитетом и с менталитетом роста. Люди с фиксированным менталитетом убеждены, что их способности и таланты заданы от природы и не подлежат изменению. Они стараются избегать рискованных ситуаций и стремятся подтвердить свою «стойкость». Однако, люди с менталитетом роста верят в возможность своего развития и улучшения, что делает их более открытыми к новым возможностям и менее боязливыми перед провалами. Дуэк утверждает, что воля — это не только стремление к достижению целей, но и способность преодолевать трудности и свои собственные ограничения. Она акцентирует, что люди с менталитетом роста обладают более сильной волей и лучше справляются с вызовами, так как верят в свою способность развиваться и успешно преодолевать преграды.

К. Левин [32] в своем исследовании отметил, что цели представляют собой не только когнитивное отражение будущего состояния (когнитивный аспект), но и динамическое выражение определенных потребностей личности (мотивационный аспект), хотя не сводятся исключительно к этим потребностям. Поэтому их называют квазипотребностями. По мнению К. Левина, волевые действия отличаются от действий, управляемых квазипотребностями: волевое действие стремится контролировать возникающую тенденцию к действию — например, позволяет человеку сохранять спокойствие, даже когда его оскорбляют. Если возникает несколько конфликтующих систем, волевое действие помогает через процесс принятия решения выбрать одну из них. Примечательно, что воля продолжает оставаться «служанкой» мотивов, а конфликт намерений, по своей сути волевой, разрешается через принятие решения, то есть в области мотивации. Он рассматривал тенденции действия как «квазипотребности», которые управляются «истинными» потребностями, поэтому их сила всегда соразмерна силе соответствующих истинных потребностей. Таким образом, Автор преобразовал проблему воли в проблему мотивации, сведя актуальную тенденцию действия к результирующей мотивационной тенденции. Таким образом, концепция К. Левина о воле подразумевает, что как сознательные, так и бессознательные факторы оказывают влияние на процесс принятия решений и формирование поведения человека. Исследование этого понятия помогает разобраться в том, как люди управляют своими действиями и какие механизмы используют для принятия решений.

Теория Ж. Нюттена [32] базируется на представлении о том, что воля является основным двигателем человеческой активности. В своем научном труде Ж. Нюттен утверждает, что воля представляет собой ключевой инстинкт, который формирует наши цели, желания и стремления. Автор развивает концепцию воли как силы, способной к самореализации и самосохранению, которая может быть направлена как на внешний мир, так и на внутреннюю

саморегуляцию. Он считает, что волю можно развивать и обучать через практику самоконтроля и преодоления себя. Таким образом, Ж. Нюттен считается одним из основателей экзистенциализма и психологии воли, а его концепция оказала значительное влияние на современную науку и философию.

При сравнении теорий зарубежных и отечественных психологов относительно понятия «воля» можно выделить несколько как сходств, так и различий.

Сходство заключается в том, что и зарубежные и отечественные психологи признают значимость воли как механизма, позволяющего человеку контролировать свои действия и достигать поставленных целей. Обе концепции акцентируют внимание на важности самоконтроля, самодисциплины и целеустремленности для достижения успеха.

Тем не менее, существуют и заметные различия в подходах к данному понятию. Зарубежные психологи чаще рассматривают волю как индивидуальное качество личности, которое определяет способность принимать решения и действовать самостоятельно. В то время как отечественные психологи склонны воспринимать волю как социокультурное явление, формирующееся в процессе воспитания и обучения.

Таким образом, вслед за учеными Г.Д. Бабушкиной, В.Н. Смоленцевой мы характеризуем волю, как способность человека совершать рациональные действия, сфокусированные на получение желаемого результата, важного для удовлетворения личных потребностей индивида. Воля формирует определенные качества личности, входящие в структуру характера, которые получили название «волевые качества». К основным, базовым волевым качествам личности относятся: целеустремленность, инициативность, решительность, настойчивость, выдержка, дисциплинированность.

## **1.2. Психологические особенности младших подростков**

Младший подростковый возраст является одним из сложных периодов в жизни человека. Для данного возрастного периода характерен приоритет сообщества сверстников над взрослыми. Во взаимодействии с ровесниками подросток изведывает себя и определяет, кем является в настоящий момент и кем хочет стать в будущем. Следует отметить, что отсутствие удовлетворенности одной из важнейших потребностей в этом возрасте, а именно потребности в общении, может привести к формированию отрицательных черт личности и неадекватных особенностей поведения [37].

Особенности подросткового возраста, по мнению различных авторов, рассматриваются, как кризисные и связаны с перестройкой в трех основных сферах: телесной, психологической и социальной. На телесном уровне происходят существенные гормональные изменения, на социальном уровне подросток занимает промежуточное положение между ребенком и взрослым, на психологическом подростковый возраст характеризуется формированием самосознания [4; 9].

Изменения, которые происходят в младшем подростковом возрасте, оказывают существенное влияние на процессы саморегуляции. В этот период происходит переход от предпубертатного (7-12 лет) к пубертатному (12-16 лет) периоду – так называемый пубертатный скачок, который связан с бурным ростом, созреванием организма, гормональной перестройкой. Функциональные состояния младшего подростка чаще всего проявляются в повышенной активности и одновременно повышенной утомляемости, значительном росте энергии и изнеможении, демонстративности поведения. Снижение способности к саморегуляции у девочек в этот период выражается в чрезмерной обидчивости, частой, не поддающейся регуляции смене настроений, плаче. Повышенная двигательная активность, суетливость, неусидчивость,

необходимость что-то вертеть в руках – это проявление недостаточной саморегуляции мальчиков-подростков. Неспособность регулировать собственное эмоциональное состояние, повышенная утомляемость отражаются на работоспособности и продуктивности деятельности: младший подростковый возраст характеризуется неспособностью выполнять монотонные, однотипные действия, возникновением большого количества ошибок во всех сферах деятельности [8; 42].

Центральным личностным новообразованием данного периода, по мнению Л.И. Божовича, И.С. Кона, Э. Эриксона, Д.Б. Эльконина [38] и некоторых других ученых, становится возникновение нового уровня самосознания, Я-концепции, которые определяются стремлением подростка понять себя, увидеть свои способности и возможности, заметить сходство с другими людьми и отличие от них.

Чувство взрослости – это психологический симптом начала подросткового возраста. По определению Д.Б. Эльконина [49], «чувство взрослости есть новообразование сознания, через которое подросток сравнивает себя с другими (взрослыми или товарищами), находит образцы для усвоения, строит свои отношения с другими людьми, перестраивает свою деятельность». В общении со сверстниками происходит проигрывание самых разных сторон человеческих отношений, построение взаимоотношений, реализуется стремление к глубокому взаимопониманию. Интимно личное общение со сверстниками — это деятельность, в которой происходит практическое освоение моральных норм и ценностей. В ней формируется самосознание как основное новообразование психики. Я концепция как новый уровень самосознания центральное новообразование старшего подросткового возраста. Формирование нового уровня самосознания (представления о себе самом) характеризуется появлением потребности в познании себя как личности, своих возможностей и особенностей, своего сходства с другими людьми и своей уникальности. К

концу подросткового возраста складывается достаточно развитое самосознание. Происходит постепенный переход от оценки, заимствованной у взрослых, к самооценке, возникает стремление к самовыражению, самоутверждению, самореализации, самовоспитанию, к формированию положительных качеств и преодолению отрицательных (побороть лень, развить смелость).

Иную точку зрения о ведущей деятельности подросткового периода представляет Д.И. Фельдштейн [43].

Он считает, что главное значение в психическом развитии подростков имеет общественно полезная, социально признаваемая и одобряемая, неоплачиваемая деятельность. Просоциальная деятельность может быть представлена как учебно познавательная, производственно трудовая, организационно общественная, художественная или спортивная, но главное — это ощущение подростком реальной значимости этой деятельности. Содержание деятельности — дело, полезное для людей, для общества; структура задается целями взаимоотношений подростков. Мотив общественно полезной деятельности подростка быть лично ответственным, самостоятельным. Отношение к общественно полезной деятельности на разных этапах подросткового возраста изменяется. Главное для 10-летних — получить у других людей оценку своих возможностей. Накопление опыта в разных видах общественно полезной деятельности активизирует потребность 12-летних в признании их прав, во включении в общество на условиях выполнения определенной, особо значимой роли.

В процессе быстрого роста и физиологической трансформации организма подростки могут испытывать чувство тревоги, повышенную возбудимость и снижение самооценки. Общими чертами этого возраста являются изменчивость настроения, эмоциональная нестабильность, внезапные переходы от радости к унынию и пессимизму. Критическое отношение к близким сочетается с острым разочарованием в себе [1; 12].

Характерной особенностью младшего подросткового возраста также является расширение сферы социальной активности и изменение отношений с учителями, сверстниками, родителями. Переход в среднюю школу сопровождается увеличением числа и разнообразия преподавателей, с которыми необходимо выстраивать отношения; взаимодействия со сверстниками выходят за рамки учебной деятельности. Оформляются подростковые сообщества, в которых осваиваются нормы социальной жизни, нравственные нормы регуляции отношений. Общение становится интимно-личностным, направленным на познание другого человека, себя, межличностных отношений, на усвоение норм социального поведения [30; 46]. В межличностных отношениях подростки воспроизводят те отношения, которые существуют в мире взрослых людей, или противопоставляются им. В общении подростков формируются их взгляды на жизненный смысл, на отношения между людьми, на свое будущее. Именно в таком общении появляются новые задачи и мотивы дальнейшей деятельности молодых людей, которые в следующем, юношеском возрасте приобретают характер учебно- профессиональной деятельности.

К моменту перехода в среднюю школу дети различаются по многим параметрам [36]. Такие различия существуют:

- 1) в отношении к учению — от очень ответственного до довольно равнодушного;
- 2) в общем развитии — от высокого уровня до весьма ограниченного кругозора и плохого развития речи;
- 3) в объеме и прочности знаний в пределах школьной программы — от отличного ее усвоения до наличия существенных пробелов в знаниях по основным предметам;
- 4) в способах усвоения учебного материала — от умения самостоятельно работать и осмысливать материал до полного отсутствия навыков самостоятельной работы в сочетании с привычкой заучивать дословно;

5) в умениях преодолевать трудности в учебной работе — от значительного упорства до специфического иждивенчества в виде привычки сейчас же искать помощь у других в том, что делать трудно или не хочется;

6) в интересах — от ярко выраженных познавательных интересов и наличия содержательных занятий до почти полного отсутствия того и другого.

Степень внешней выраженности дефектов учебной деятельности может быть разной. Если в младших классах некоторые из них не мешали детям хорошо учиться, то в V классе эти дефекты из скрытых превращаются в явные, выступают в качестве серьезных препятствий для полноценного усвоения знаний. Если их не ликвидировать вовремя, они могут привести к последствиям необратимого характера: неспособности самостоятельно усваивать новый, постепенно усложняющийся материал [18].

Различные изменения происходят также и в когнитивной сфере деятельности младших подростков.

Описывая память подростков, Д.Б. Эльконин [49] говорил, что она является «мыслящей». На этом возрастном этапе смысловое запоминание начинает преобладать над наглядно-образным. Ребенок младшего школьного возраста уже может управлять памятью, регулировать процессы воспроизведения, запоминания, припоминания.

Память становится произвольнее и опосредованнее. Однако элементы опосредованного запоминания и непосредственная память часто функционируют независимо друг от друга, например, материал запоминается путем постоянного повторения, и только если запомнить не получается, ученик начинает искать другие способы запоминания информации [20].

Мышление подростков претерпевает значительные изменения: происходит переход от конкретного к формальному или теоретическому мышлению. Причем этот переход происходит не сразу, а постепенно: младшие подростки уже

способны к логическим рассуждениям, но приоритетным формальное мышление становится только у старших подростков [21].

Младшие подростки (от 11 до 12 лет) по концепции Ж. Пиаже [26] находятся на стадии развития мышления, которая называется стадией конкретных операций. На этой стадии у детей появляются некоторые способности к логическим рассуждениям, которые все же еще очень конкретны. Это конкретные элементы: объекты, отношения или размеры; операции: сложение или вычитание; правила и свойства, которые описывают способы выполнения этих операций. Одна из причин возникновения логического мышления – то, что теперь ребенок может объединять объекты в иерархические классификации и понимает отношения принадлежности к классу. Это дает возможность понять отношение части к целому, целого к частям и отношения между частями одного целого.

В исследуемом возрастном периоде развитие внимания становится противоречивым. С одной стороны, учебная деятельность настраивает на поддержание внимания, с другой – бурные переживания и большая активность приводят к отвлекаемости и неустойчивости. Причем подростки могут испытывать глубокое утомление, когда внимание (не только произвольное, но и непроизвольное), кажется, совсем исчезает. В период полового созревания внимание подростка сильно изменяется, только у старших подростков оно приобретает относительно устойчивый характер [11].

Переход от детства к взрослости составляет основное содержание и специфическое отличие всех сторон развития в этот период — физического, умственного, нравственного, социального. По всем направлениям происходит становление качественно новых образований, появляются элементы взрослости в результате перестройки организма, самосознания, отношений со взрослыми и товарищами, способов социального взаимодействия с ними, интересов,

познавательной и учебной деятельности, содержания морально-этических норм, опосредствующих поведение, деятельность и отношения [17].

Современные условия меняющейся социокультурной действительности способствуют активному стремлению молодежи к самовыражению во всех сферах деятельности. Так, каждый индивид, личность, человек, включающийся в процесс обучения, имеет стимулирующую мотивацию. Мотивация влияет на эффективность любой деятельности, в особенности образовательной, позволяет получать от учебы максимальную отдачу и, следовательно, достигать высокого конечного результата – самореализации личности [15; 16].

Таким образом, младший подростковый возраст является одним из сложных периодов в жизни человека. Особенности подросткового возраста, по мнению различных авторов, рассматриваются, как кризисные и связаны с перестройкой в трех основных сферах: телесной, психологической и социальной. Изменения, которые происходят в младшем подростковом возрасте, оказывают существенное влияние на волевые процессы.

Развитие эмоционально-волевой сферы личности представляет собой сложный процесс, обусловленный воздействием многообразных факторов. К внешним факторам можно отнести социальные условия, а к внутренним – наследственность. Данный процесс осуществляется на протяжении всего периода детства и юношества и характеризуется определенными этапами.

В период с рождения до 3 лет преобладает соматовегетативный тип реагирования, при котором любые проявления недовольства сопровождаются повышенной эмоциональной возбудимостью.

С 3 до 7 лет наблюдается психомоторный тип реагирования. В этом возрасте у ребенка могут проявляться негативизм и оппозиционность, а также формируются такие реакции, как страх и испуг.

Следующий этап с 7 до 11 лет характеризуется аффективным типом реагирования, который проявляется в повышенной впечатлительности и тревожности. Чувство тревоги становится более устойчивым. В этот период у ребенка формируется самооценка и такие волевые качества, как настойчивость, целеустремленность и самостоятельность.

В возрасте от 12 до 15 лет доминирует эмоционально-идеаторный тип поведения. Для подростков этого возраста характерны обидчивость, неуравновешенность, раздражительность, резкие перепады настроения и конфликтность, что может затруднять их адаптацию в обществе.

Последний этап развития воли с 16 до 18 лет характеризуется стабилизацией эмоционального состояния. В этом возрасте у подростков проявляются такие качества, как самостоятельность, целеустремленность, выдержка, решительность, настойчивость, хорошая концентрация и умение находить выход из сложных ситуаций [45].

Рассмотрим проявления волевых усилий и их развитие в подростковом возрасте. Подростковый возраст – это период бурного развития, кардинальных перемен и сложных задач, стоящих перед формирующейся личностью. Одним из ключевых аспектов этого развития является формирование волевой сферы, которая играет решающую роль в саморегуляции поведения, достижении целей и адаптации к постоянно меняющимся условиям социальной среды. Для того чтобы подвергнуть сознательному контролю импульсы, идущие от вновь пробудившихся влечений, должна соответственно окрепнуть сознательная основа воли. В этот период появляются значительные трудности в волевом регулировании, обусловленные как биологическими, так и социальными факторами.

Физиологически, пубертат характеризуется гормональной перестройкой организма, вызывающей усиление влечений, эмоций и импульсивности. Эти изменения приводят к тому, что подросток испытывает мощные, порой

неконтролируемые порывы, требующие значительных волевых усилий для их удержания в рамках общепринятых норм и собственных моральных принципов. Например, желание независимости и самоутверждения могут приводить к конфликтам с родителями, сверстниками и обществом, требуя от подростка осознанного выбора и умения контролировать свои действия. Неспособность к такой саморегуляции может привести к различным девиантным формам поведения: от мелких правонарушений до более серьезных преступлений, токсикомании, самоповреждениям и другим проблемам.

Социально, подросток переживает кризис идентичности – период активного поиска своего места в мире, своего «Я». Он уже не ребенок, но еще не взрослый, что порождает двойственное отношение как к себе, так и к окружающим. Взрослые часто предъявляют к нему требования, свойственные взрослому человеку, не учитывая специфику его возраста и развития. В то же время, подросток все еще испытывает зависимость от родителей и других авторитетных фигур, что может вызывать чувство подавленности и ограничения свободы. Это стремление оказывается плодотворным для волевого развития личности постольку, поскольку деспотизму чужих принципов не противопоставляется лишь анархия собственных импульсов и влечений, поскольку процесс высвобождения воли соединяется с ее внутренним преобразованием, основывающимся на превращении внешних правил в принципы, выражающиеся в убеждениях [41]. Л.И. Божович [8], говоря о кризисе подросткового возраста, отмечает, что в первой своей фазе (12-14 лет) он характеризуется возникновением способности ориентироваться на цели, выходящие за рамки сегодняшнего дня, а на второй фазе (15-17 лет) – осознанием своего места в будущем. Важно отметить, что это стремление – естественный и важный этап развития. Однако, без должного развития волевой сферы, это может привести к бунту, противостоянию, негативизму и непродуктивному сопротивлению. В этом возрасте, как отмечает

А.И. Высоцкий, происходит коренная перестройка структуры волевой активности.

Подросток может противопоставлять «свое» «чужому» без критического анализа и формирования собственной системы ценностей, что может быть опасным. Снизиться дисциплинированность, усилиться проявление упрямства: отчасти это связано с тем, что вследствие утверждения своего «Я», права на собственное мнение, на свою точку зрения советы взрослых воспринимаются критически, Настойчивость проявляется только в интересной работе [44].

Волевое развитие в подростковом возрасте – это не просто подавление импульсивных желаний, а формирование сложного механизма саморегуляции, включающего в себя:

Целеполагание: способность ставить перед собой реальные, достижимые цели и планировать пути их достижения.

Самоконтроль: умение управлять своими эмоциями, импульсами и поведением, подавлять нежелательные реакции и сосредотачиваться на поставленных задачах.

Настойчивость: способность преодолевать трудности, не сдаваться перед препятствиями, продолжать работать над достижением цели, несмотря на неудачи.

Самоорганизация: умение планировать свою деятельность, эффективно распределять время и ресурсы.

Ответственность: понимание последствий своих действий и готовность брать на себя ответственность за них.

Развитие этих качеств требует активного участия как самого подростка, так и его окружения. Роль взрослых заключается не в жестком контроле и запретах, а в поддержке, направлении и предоставлении возможностей для развития самостоятельности. Важно создавать условия, в которых подросток

мог бы принимать решения, нести ответственность за свои поступки и учиться на своих ошибках.

Многие психологи, включая Л.И. Божовича [8], отмечают огромный потенциал подросткового возраста для развития волевой сферы. Однако, этот потенциал не реализуется сам по себе. Для ее формирования требуется серьезные психолого-педагогические усилия. Л.И. Божович, говоря о подростках, отмечает, что при ускоренном физическом и в некоторой степени психическом развитии особенно бросается в глаза отставание развития волевых качеств. Причина этого, по мнению Л.И. Божович, заключается в том, что школьники подросткового возраста живут в более сложной ситуации развития, требующей от них максимальных волевых усилий, а они к этому не всегда готовы.

Необходимы целенаправленные психолого-педагогические усилия, включающие в себя:

Развитие самосознания: помощь подростку в осознании своих сильных и слабых сторон, своих ценностей и убеждений.

Формирование адекватной самооценки: помощь в принятии себя, своих недостатков и достижений.

Обучение навыкам саморегуляции: практические упражнения по управлению эмоциями, стрессом и импульсивностью.

Создание поддерживающей среды: обеспечение атмосферы доверия и понимания, где подросток чувствует себя защищенным и принятым.

Поощрение самостоятельности и ответственности: предоставление подростку возможностей для принятия решений и независимых действий.

Формирование волевых качеств, таких как концентрация внимания, сосредоточенность и работоспособность, происходит в подростковом возрасте в несколько этапов. В возрасте 10-11 лет подросток восхищается этими качествами у других, в 11-12 лет выражает желание их приобрести, а к 12-13

годам приступает к целенаправленному самовоспитанию. Период с 13 до 14 лет наиболее благоприятен для развития волевых качеств.

Важно отметить, что стремление к выработке таких качеств свойственно как мальчикам, так и девочкам. Однако, пути формирования волевых качеств у них могут отличаться. Для девочек характерно развитие этих качеств в процессе обучения, занятий искусством, ведения домашнего хозяйства и спорта [40].

Эмоциональная жизнь подростка характеризуется противоречивостью и частой сменой положительных и отрицательных состояний, что влечет за собой вариабельность общего душевного настроя.

Несмотря на то, что подростковый возраст является сензитивным для формирования волевых качеств, необходимо целенаправленное руководство со стороны взрослых. Отсутствие такого руководства может привести к развитию у подростка негативных качеств, избавиться от которых впоследствии будет непросто.

Таким образом, развитие эмоционально-волевой сферы личности представляет собой сложный процесс, обусловленный воздействием многообразных факторов. К внешним факторам можно отнести социальные условия, а к внутренним – наследственность. Данный процесс осуществляется на протяжении всего периода детства и юношества и характеризуется определенными этапами. В подростковом возрасте доминирует эмоционально-идеаторный тип поведения. Для подростков характерны обидчивость, неуравновешенность, раздражительность, резкие перепады настроения и конфликтность, что может затруднять их адаптацию в обществе.

### **1.3. Возможности развития волевых качеств детей младшего подросткового возраста**

Учебная деятельность подростков сопровождается различными волевыми усилиями и эмоциями. Достаточная сформированность способности к волевой саморегуляции поведения и деятельности являются одним из наиболее важных показателей гармоничности индивидуально-личностного развития ребенка, необходимым условием его социально-психологической адаптации к различным детским коллективам и процессу обучения в целом [19; 25].

При формировании воли у подростка необходимо делать акцент на развитии в нем качеств, характерных для зрелого волевого человека: умение ставить перед собой цель и стремиться к ней, проявлять настойчивость в преодолении встречающихся трудностей, овладевать собой в сложной ситуации, своими желаниями, настроением и т. д.

Развитие воли у подростков – это важный процесс, который требует особого внимания со стороны родителей и педагогов. В статье авторов Ф.Б. Оруджева и О.В. Баркуновой [31] подчеркивается, что работа по этому направлению может осуществляться в двух основных направлениях:

- Преодоление специфических трудностей подросткового возраста (выбор, принятие решения и др.) с учетом своеобразия сознательной саморегуляции подростков.
- Своевременное формирование у подростков высших форм волевого поведения, активно развивая те качества личности, которые его обеспечивают.

Вопросом развития волевых качеств занимались разные отечественные авторы. Е.П. Ильин [23; 24] в своих исследованиях анализировал развитие волевых качеств как процесс, который включает в себя формирование навыков преодоления трудностей и самоконтроля. Им рассматриваются следующие методы развития волевых качеств:

Формирование морального компонента воли. Это помогает проявлять волевое усилие в любой ситуации, независимо от ее специфики.

Создание ситуаций, требующих проявления качеств. Например, моделирование жизненных ситуаций или отслеживание реальных, где нужно проявить то или иное волевое качество.

Использование приемов самостимуляции. Например, мобилизирующих (самоубеждение, обращение к чувству долга) или принуждающих к действиям (самоприказ, самозапрещение).

Соблюдение принципа доступности. Необходимо предъявлять преодолимые, но требующие определенных усилий трудности.

В работах Е.П. Ильина большое внимание уделяется взаимосвязи волевых качеств и физической нагрузки. Другую точку зрения имел С.Л. Рубинштейн [39]. Он считал, что развитие волевых качеств у подростков — это сложный процесс формирования сознательной, целенаправленной и социально обусловленной регуляции поведения, который происходит через активное участие в деятельности и преодоление трудностей.

С точки зрения С.Л. Рубинштейна, развитие волевых качеств должно осуществляться с помощью следующих методов:

Вовлечение в общественно-полезную деятельность. Порученное дело должно быть значимым не только для подростка, но и для всего коллектива, чтобы вызвать мотивацию довести дело до конца.

Использование соревновательных элементов. Например, контрольные соревнования с зачетом результата только при достижении его с первой попытки.

Усложнение внешних условий. Например, тренировки в необычных условиях (на сложном рельефе, в неблагоприятных погодных условиях) или с использованием нестандартного инвентаря.

Самовоспитание. Подростки должны учиться управлять собой, своими действиями и поступками, развивать навыки самоконтроля.

Согласно мнению С. Л. Рубинштейна, сознание и деятельность находятся в тесной взаимосвязи. Волевые качества формируются и улучшаются именно в процессе активного участия в различных видах деятельности. В этом контексте подросток получает возможность развивать навыки контроля над своими действиями и эмоциями. Таким образом, через практическое участие в делах он учится управлять собой и осознавать свои поступки.

В.А. Петровский [34] рассматривал такой вид коллективного взаимодействия как тренинг. Он считал, что такая форма работы наиболее эффективна при развитии волевых качеств у подростков. По мнению В.А. Петровского, групповые формы обучения, такие как тренинги, играют ключевую роль в создании условий для практического применения знаний и навыков. Они позволяют участникам:

Проявлять свою волю, что включает в себя такие аспекты, как принятие на себя ответственности, преодоление трудностей и соблюдение установленных правил.

Развивать навыки саморегуляции и контроля над эмоциями, особенно в ситуациях стресса или конфликта. Участники учатся управлять своими реакциями и эмоциями, что является важным аспектом личностного роста.

Развивать рефлекссию, то есть способность осознавать и анализировать свои действия и мотивацию. Это помогает участникам лучше понимать себя и свои реакции в различных ситуациях.

Наконец, тренинги обучают участников сотрудничеству, что требует от них значительных усилий, терпения и умения ставить общие цели выше личных интересов

По мнению автора, для целенаправленного формирования волевой сферы личности, особенно у подростков, необходимо соблюдение следующих принципов:

Деятельностный подход. Формирование волевых качеств происходит через активную деятельность, а не через объяснение правил.

Групповая работа. Коллективная деятельность усиливает мотивацию и позволяет моделировать реальные ситуации.

Проблемные ситуации. Тренинг включает задачи, требующие усилий, принятия решений и преодоления трудностей.

Рефлексия. После каждого этапа участники обсуждают свои действия, чувства, успехи и ошибки.

Эмоциональная вовлеченность. Использование ролевых игр, квестов, соревнований помогает вызвать яркий эмоциональный отклик.

По мнению В.А. Петровского, тренинги дают возможность воспроизводить реальные ситуации, которые требуют от участников усилий, самоконтроля и способности принимать ответственные решения. В результате такие занятия способствуют не только формированию таких качеств, как целеустремленность и настойчивость, но и развитию рефлексии, а также навыков взаимодействия в группе.

Применение тренинговых методов в образовательном процессе позволяет сделать воспитание волевых качеств более осознанным, насыщенным эмоциями и практически значимым для подростков. Это создает условия для более глубокого понимания и осмысления своих действий и их последствий, а также позволяет развивать навыки работы в команде и конструктивного общения.

## Выводы по Главе 1

Проведенный теоретический анализ исследования развития волевых качеств у детей младшего подросткового возраста позволяет сформулировать следующие выводы:

1. Вслед за учеными Г.Д. Бабушкиным, В.Н. Смоленцевой мы характеризуем волю, как способность человека совершать рациональные действия, сфокусированные на получение желаемого результата, важного для удовлетворения личных потребностей индивида. Воля формирует определенные качества личности, входящие в структуру характера, которые получили название «волевые качества». К основным, базовым волевым качествам личности относятся: целеустремленность, инициативность, решительность, настойчивость, выдержка, дисциплинированность.

2. Младший подростковый возраст является одним из сложных периодов в жизни человека. Особенности подросткового возраста, по мнению различных авторов, рассматриваются, как кризисные и связаны с перестройкой в трех основных сферах: телесной, психологической и социальной. Изменения, которые происходят в младшем подростковом возрасте, оказывают существенное влияние на волевые процессы.

3. Развитие эмоционально-волевой сферы личности представляет собой сложный процесс, обусловленный воздействием многообразных факторов. К внешним факторам можно отнести социальные условия, а к внутренним – наследственность. Данный процесс осуществляется на протяжении всего периода детства и юношества и характеризуется определенными этапами. В подростковом возрасте доминирует эмоционально-идеаторный тип поведения. Для подростков характерны обидчивость, неуравновешенность, раздражительность, резкие перепады настроения и конфликтность, что может затруднять их адаптацию в обществе.

## ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

### 2.1. Организация и методы исследования

Исследование было проведено на базе общеобразовательной организации г. Красноярска (МБОУ «Лицей №XX»). В исследовании приняли участие 50 обучающихся 5-х классов в возрасте 11-12 лет: (экспериментальная группа 1 – 5 «У» класс (26 чел.), и экспериментальная группа 2 – 5 «Х» класс (24 чел.)).

Для исследования волевых качеств детей младшего подросткового возраста применялся следующий комплекс методик диагностики (Таблица 1).

*Таблица 1*

Комплекс методик диагностики волевых качеств детей

| Волевые качества<br>(по Т.И. Шульге) | Критерии оценки                                                                                                                                          | Методики диагностики                                                     |
|--------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| 1                                    | 2                                                                                                                                                        | 3                                                                        |
| Самообладание                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Высокий уровень</li> <li>• Средний уровень</li> <li>• Низкий уровень</li> </ul>                                 | Краткая шкала самоконтроля, BSCS                                         |
| Решительность                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Высокий уровень</li> <li>• Средний уровень</li> <li>• Низкий уровень</li> <li>• Очень низкий уровень</li> </ul> | Тест «Решительность» (Н. Н. Обозов).                                     |
| Целеустремленность                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Высокий уровень</li> <li>• Средний уровень</li> <li>• Низкий уровень</li> <li>• Очень низкий уровень</li> </ul> | Тест на целеустремленность Р. Персо.                                     |
| Выдержка                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Высокий уровень</li> <li>• Средний уровень</li> <li>• Низкий уровень</li> </ul>                                 | Опросник для самооценки терпеливости (Е.П. Ильиным и Е.К. Фешенко)       |
| Самостоятельность                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Высокий уровень</li> <li>• Средний уровень</li> <li>• Низкий уровень</li> </ul>                                 | Тест «Способны ли вы решать свои проблемы?» (Я. Монич).                  |
| Инициативность                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Высокий уровень</li> <li>• Средний уровень</li> <li>• Низкий уровень</li> </ul>                                 | Тест «Способность к самоутверждению». (Е. А. Киреева и Т. Д. Дубовицкая) |

## **2.2. Результаты эмпирического исследования волевых качеств детей младшего подросткового возраста**

Рассмотрим полученные с помощью используемых методик результаты исследования волевых качеств детей младшего подросткового возраста.

Результаты исследования уровней развития *самоконтроля* у обучающихся 5-х классов представлены в Таблице 2 (*Приложение А*) и Таблице 3 (*Приложение Б*).

Согласно результатам, приведенным в Таблице 2, основное количество опрошенных обучающихся контрольной группы (58%) имеют средний уровень сформированности самоконтроля. Такие обучающиеся понимают цели задания частично и не могут сохранить ее во всем объеме до конца занятия; в процессе работы допускают ошибки не только из-за невнимательности, но и потому, что не запомнили какие-то правила или забыли их; по окончании работы не проявляют желания улучшить ее качество. Меньшая часть контрольной группы (42%) относятся к высокому уровню сформированности, то есть обучающиеся способны обнаруживать, фиксировать и исправлять ошибки, давать себе установку не повторять их, способны к творчеству и воссозданию алгоритма действия.

Согласно результатам, приведенным в Таблице 3, большая часть опрошенных (54%) имеют высокий уровень сформированности самоконтроля, меньшая же часть (46%) – средний уровень.

Таким образом, на основе выше представленных таблиц можно сделать вывод о том, что средний и высокий уровень развития самоконтроля практически поровну разделились между опрошенными: 26 человек имеют средний уровень и 24 человека – высокий. Обучающихся с низким и очень низким уровнем сформированной самоконтроля выявлено не было.

На Рисунке 1 можно увидеть соотношение результатов исследования уровней сформированности самоконтроля в двух экспериментальных группах.

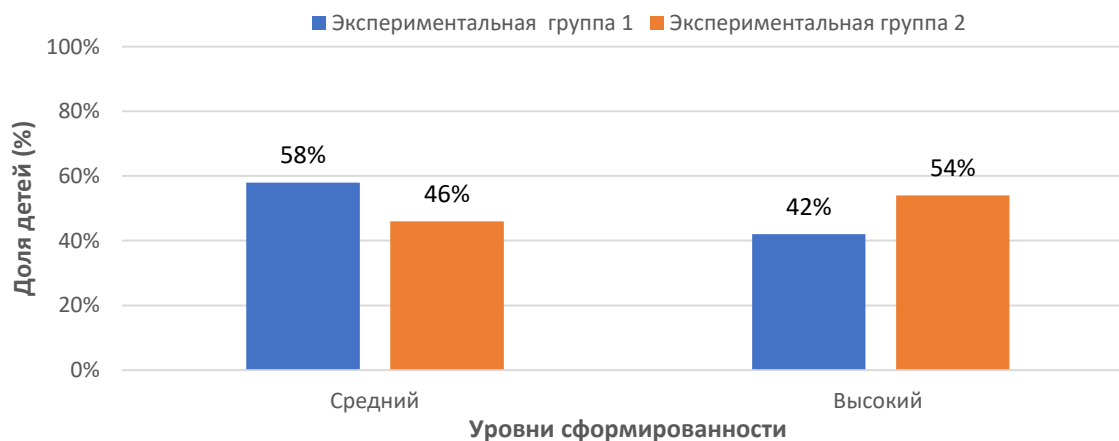


Рис. 1. Распределение выборочной совокупности детей экспериментальных групп по уровням сформированности самоконтроля (Краткая шкала самоконтроля, BSCS)

Установлено: в экспериментальной группе 1 основная часть опрошенных (58%) имеет средний уровень сформированности самоконтроля, а то время как в экспериментальной группе 2 основная часть (54%) относится к группе с высоким уровнем сформированности самоконтроля. Обучающихся с низким и очень низким уровнем сформированности самоконтроля выявлено не было.

Результаты исследования уровней развития *решительности* у обучающихся 5-х классов представлены в Таблице 4 (*Приложение В*) и Таблице 5 (*Приложение Г*).

Согласно результатам, приведенным в Таблице 4, основное количество опрошенных обучающихся экспериментальной группы 1 (58%) имеют средний уровень сформированности решительности. Это означает, что такие обучающиеся достаточно решительны; если случаются промахи, они это осознают и принимают меры, чтобы их устранить; полагаясь на себя, такие обучающиеся не игнорируют советов других, хотя и прибегают к ним не так уж часто.

Меньшая часть экспериментальной группы 1 (42%) относится к низкому уровню сформированности, то есть обучающиеся принимают решения осторожно, но не пасуют перед серьезными проблемами, которые нужно решить сию минуту; колеблются обычно в том случае, если для решения есть достаточно времени и начинают одолевать разные сомнения, появляется соблазн все «утрясти», согласовать с вышестоящими руководителями, хотя вопрос этот - их уровня.

Согласно Таблице 5, основная часть опрошенных (71%) имеют низкий уровень сформированности решительности. Небольшая часть обучающихся (21%) имеют средний уровень сформированности. При этом, в данной группе выявилось 2 человека (8%), у которых очень низкий уровень сформированности решительности – такие обучающиеся очень нерешительны. Постоянно и по любому случаю долго и мучительно взвешивают все «за» и «против». Если удастся переложить принятие решения на плечи другого – вздыхают с огромным облегчением.

На Рисунке 2 можно увидеть соотношение результатов исследования уровней сформированности решительности в контрольной и экспериментальной группах.

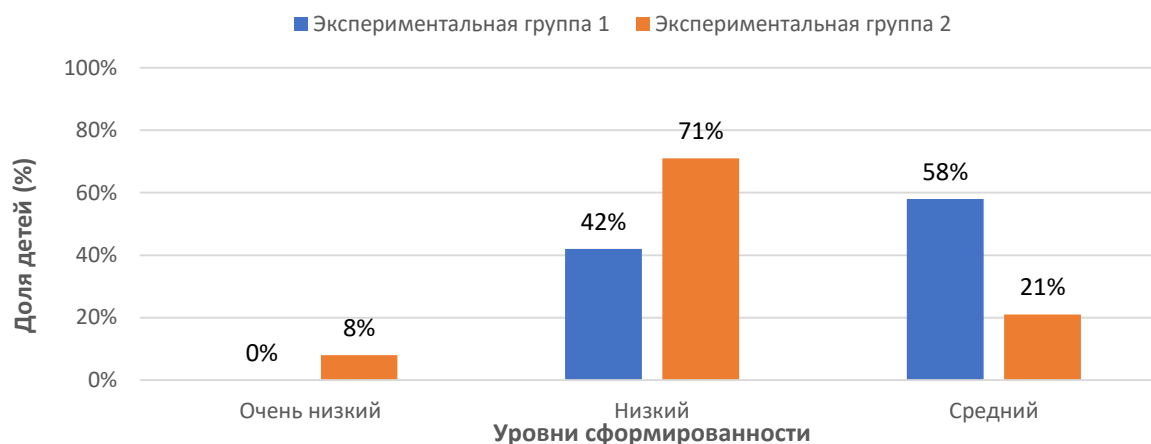


Рис. 2. Распределение выборочной совокупности детей экспериментальной и контрольной групп по уровням сформированности решительности (Тест «Решительность» Н.Н. Обозов)

На Рисунке 2 отображено сравнение результатов исследования уровней сформированности решительности в экспериментальных группах: в экспериментальной группе 1 основная часть опрошенных (58%) имеет средний уровень сформированности решительности, а то время как в экспериментальной группе 2 основная часть (71%) относится к группе с низким уровнем сформированности решительности. Обучающихся с высоким уровнем сформированности решительности выявлено не было.

Результаты исследования уровней развития *целеустремленности* у обучающихся 5-х классов представлены в Таблице 6 (*Приложение Д*) и Таблице 7 (*Приложение Е*).

Согласно результатам, приведенным в Таблице 6, основное количество опрошенных обучающихся контрольной группы (62%) имеют средний уровень сформированности целеустремленности. Это означает, что такие обучающиеся знают, какая личность является целеустремленной, но не всегда поступают на уровне этих знаний; также им характерны выборочное проявление желания и интереса к учебе, пассивность в проявлении интереса и инициативы при распределении поручений воспитывающего характера, нерешительность в выборе вида деятельности из-за отсутствия уверенности в себе, достаточных знаний, умений и навыков.

Часть группы (27%) имеют высокий уровень, то есть умеют ставить перед собой реальные цели, а также выбирать средства для их достижения. Меньшая часть группы (11%) относятся к низкому уровню сформированности, то есть не проявляют достаточного старания и силы воли для проявления целеустремленности; они не умеют организовать себя и свое время, не умеют ставить цель, организовывать деятельность и анализировать результат.

Согласно Таблице 7, основная часть опрошенных (67%) имеют средний уровень сформированности целеустремленности. Небольшая часть

обучающихся (21%) имеют высокий уровень сформированности (12%) – низкий уровень сформированности целеустремленности.

На Рисунке 3 можно увидеть соотношение результатов исследования уровней сформированности целеустремленности в контрольной и экспериментальной группах.

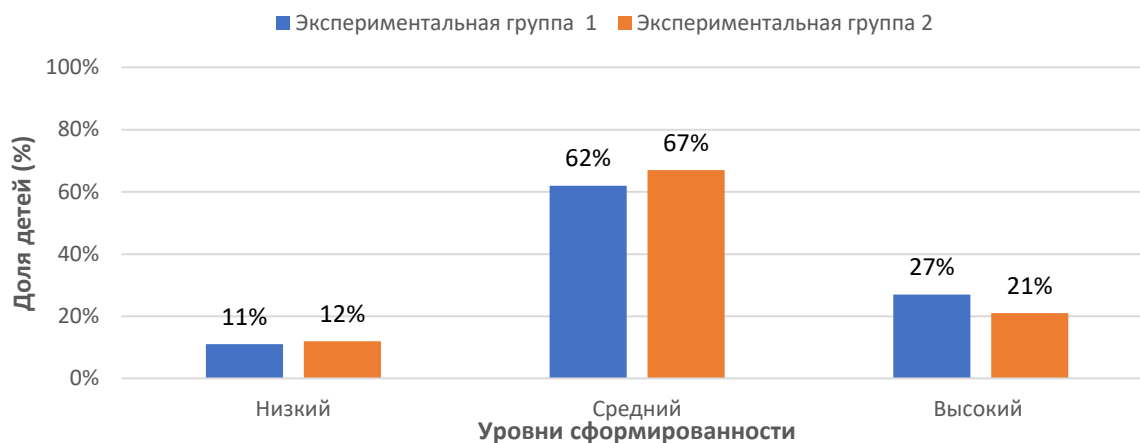


Рис. 3. Распределение выборочной совокупности детей экспериментальной и контрольной групп по уровням сформированности целеустремленности (методика Р. Персо)

Согласно Рисунку 3 соотношение результатов в обеих группах сложилось похожим образом – преимущественно средний уровень. В два раза меньше обучающихся с высоким уровнем сформированности – около 20-30%. Крайне мало обучающихся с низким уровнем – примерно 10%. Очень низкий уровень сформированности целеустремленности выявлен не был.

Результаты исследования уровней развития *терпеливости* у обучающихся 5-х классов представлены в Таблице 8 (*Приложение Ё*) и Таблице 9 (*Приложение Ж*).

Согласно результатам, приведенным в Таблице 8, основное количество опрошенных обучающихся в экспериментальной группе 1 (65%) имеют средний уровень сформированности терпеливости. Это означает, что обучающиеся знают, какая личность является целеустремленной, но не всегда поступают на уровне этих знаний. Часть группы (27%) имеют высокий уровень, то есть умеют

поддерживать вспомогательным волевым усилием интенсивность работы на заданном уровне. Меньшая часть контрольной группы (8%) относятся к низкому уровню сформированности, то есть обучающимся свойственна неспособность контролировать себя и организовывать свои действия в соответствии с ситуацией.

Согласно таблице 9, основная часть опрошенных (66%) имеют средний уровень сформированности целеустремленности. В равной степени разделились между собой высокий и низкий уровни: по 17%.

На Рисунке 4 можно увидеть соотношение результатов исследования уровней сформированности терпеливости в контрольной и экспериментальной группах.

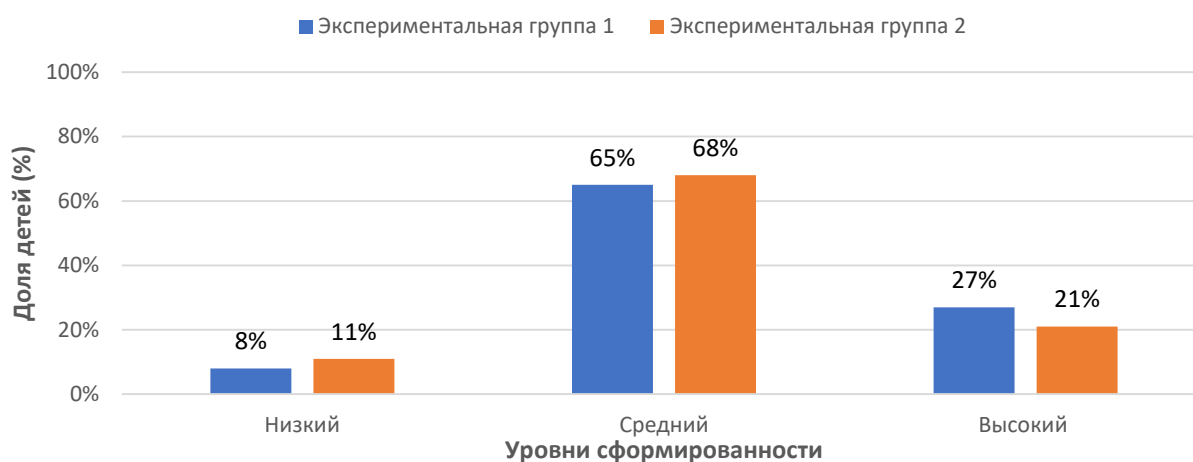


Рис. 4. Распределение выборочной совокупности детей экспериментальных групп по уровням сформированности терпеливости (методика Е.П. Ильина и Е.К. Фешенко)

Согласно Рисунку 4 соотношение результатов в обеих группах сложилось похожим образом – преимущественно средний уровень. В два раза меньше обучающихся с высоким уровнем сформированности – около 20-30%. Крайне мало обучающихся с низким уровнем – примерно 15%.

Результаты исследования уровней развития *самостоятельности* у обучающихся 5-х классов представлены в Таблице 10 (*Приложение И*) и Таблице 11 (*Приложение К*).

Согласно результатам, приведенным в Таблице 10, уровни сформированности самостоятельности разделились практически равным образом: высокий уровень выявлен у 42%, такие обучающиеся способны решать свои проблемы самостоятельно; средний уровень – 46% – эти обучающиеся склонны «выплескивать» проблемы и неприятности на других; низкий – 12% – такие обучающиеся с трудом справляются со своими проблемами, им постоянно нужны поддержка.

Согласно Таблице 11, основная часть опрошенных (62%) имеют средний уровень сформированности самостоятельности. В два раза меньше человек имеют высокий уровень – 33%. Только у 1 человека низкий уровень сформированности самостоятельности (4%).

На Рисунке 5 можно увидеть соотношение результатов исследования уровней сформированности самостоятельности в экспериментальных группах.

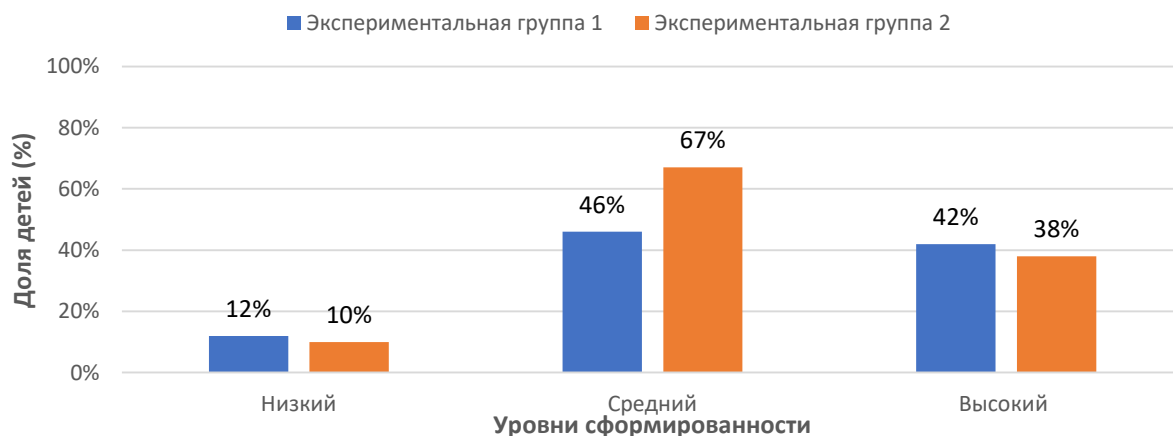


Рис. 5. Распределение выборочной совокупности детей экспериментальных групп по уровням сформированности самостоятельности (методика Я. Монич)

Согласно Рисунку 5 в обеих группах лидирующим уровнем является средний, в эту группу входит большинство обучающихся (больше 50%),

небольшой отрыв имеет группа с высоким уровнем сформированности – 30 - 40% всех обучающихся. Меньше всего обучающихся в группе с низким уровнем сформированности самостоятельности – 10-15%.

Результаты исследования уровней развития *инициативности* у обучающихся 5-х классов представлены в Таблице 12 (*Приложение Л*) и Таблице 13 (*Приложение М*).

Согласно результатам, приведенным в Таблице 12, основное количество опрошенных обучающихся экспериментальной группы 1 (65%) имеют средний уровень сформированности инициативности. Это означает, что в ситуации выбора эти обучающиеся не всегда полагаются только на себя, они испытывают потребность в совете родственников или друзей. Часть группы (27%) имеют высокий уровень, то есть обучающиеся обладают честолюбием, стремятся быть первыми и добиваться успеха во всех своих делах. Меньшая часть контрольной группы (8%) относятся к группе с низким уровнем сформированности, то есть обучающиеся убеждены, что в трудной ситуации им помогут родственники и друзья, а от их усилий мало что зависит.

Согласно таблице 13, основная часть опрошенных (54%) имеют средний уровень сформированности самостоятельности. Небольшое количество человек имеют высокий уровень (41%). 1 человек имеет низкий уровень сформированности инициативности (4%).

На Рисунке 6 можно увидеть соотношение результатов исследования уровней сформированности инициативности в экспериментальных группах.

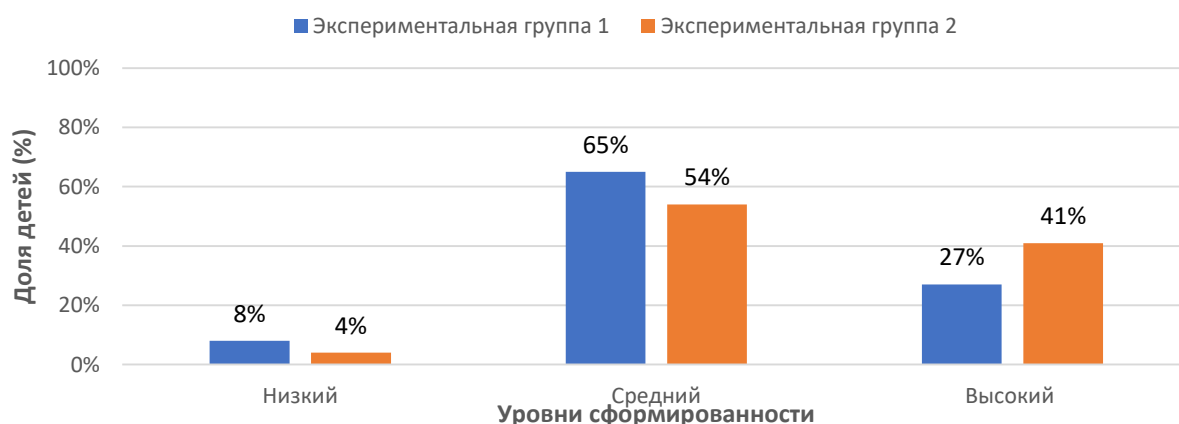


Рис. 6. Распределение выборочной совокупности детей экспериментальных групп по уровням сформированности инициативности (методика Е. А. Киреевой и Т. Д. Дубовицкой)

Согласно Рисунку 6 в обеих группах лидирующим уровнем является средний, в эту группу входит большинство обучающихся (больше 50%), небольшой отрыв имеет группа с высоким уровнем сформированности – 25 - 40% всех обучающихся. Меньше всего обучающихся в группе с низким уровнем сформированности самостоятельности – 7-15%.

Таким образом, можно сказать, что волевые качества детей младшего подросткового возраста характеризуются следующим: подростки инициативны, проявляют самостоятельность, обладают выдержкой, самообладанием.

При этом могут действовать недостаточно целеустремленно и решительно при решении задач (в учебной и внеучебной деятельности).

Следовательно, у обучающихся в недостаточной степени развита способность принимать быстрые и обдуманные решения, действовать без колебаний и сомнений, они обладают низкой самодисциплиной, уверенностью в своих силах и способностью преодолевать трудности.

### **2.3. Направления и содержание психолого-педагогической работы по развитию волевых качеств детей младшего подросткового возраста посредством занятий с элементами тренинга**

На основе результатов эмпирического исследования во был разработан и реализован комплекс занятий с элементами тренинга, направленный на развитие волевых качеств детей младшего подросткового возраста «На пути к цели: развитие волевых качеств младших подростков».

Недостаточная сформированность волевых качеств может привести к следующим проблемам:

- Трудности в учебной деятельности: Проблемы с концентрацией внимания, откладывание выполнения заданий, низкая мотивация к учебе, неспособность доводить начатое до конца.

- Проблемы в межличностных отношениях: Неуверенность в себе, трудности в принятии решений, зависимость от мнения окружающих, неумение отстаивать свою позицию.

- Низкая самооценка: Неуверенность в собственных силах, заниженная самооценка, чувство некомпетентности.

В связи с этим, работа по развитию волевых качеств в младшем подростковом возрасте является крайне важной и актуальной. Комплекс занятий «На пути к цели» призван восполнить этот пробел и способствовать гармоничному развитию личности подростка.

Цель работы: развитие волевых качеств детей младшего подросткового возраста посредством занятий с элементами тренинга.

Задачи работы:

1. Образовательные:

- Сформировать у детей представление о природе воли, ее функциях и роли в достижении целей.

- Познакомить с различными волевыми качествами личности и их проявлениями.

- Обучить методам формирования и развития волевых качеств.

2. Развивающие:

- Способствовать осознанному отношению к развитию собственных волевых качеств.

- Развивать навыки целеполагания, планирования и принятия решений.

- Развивать отдельные волевые качества личности: решительность, целеустремленность.

### 3. Коррекционно-профилактические:

- Снизить уровень импульсивности и отвлекаемости.
- Повысить уровень самоконтроля и ответственности.
- Создать благоприятные условия для саморазвития и самореализации.

Целевая группа: работа осуществлялась с экспериментальной группой 2, в которой у детей выявлены более низкие показатели развития волевых качеств.

Период организации: февраль – апрель 2025 учебного года. (3 месяца; 12 занятий по 40 минут; один раз в неделю).

Комплекс занятий включает в себя четыре основных модуля (*Приложение Н*):

- Модуль 1. «Что такое воля и зачем она нужна?» (знакомство с понятием воли и волевыми качествами).
- Модуль 2. «Развиваем решительность» (занятия и упражнения на развитие решительности).
- Модуль 3. «Развиваем целеустремленность» (занятия и упражнения на развитие целеустремленности).
- Модуль 4. «Поддержка и закрепление навыков» (самоанализ и закрепление полученных навыков).

Основные формы работы: групповые занятия (тренинги), индивидуальные консультации (по запросу), игры и упражнения, дискуссии и обсуждения, проектная деятельность, работа с родителями (информационные встречи, рекомендации).

Ожидаемые результаты:

- Повысить уровень осознанности детей в отношении волевых качеств.
- Сформировать навыки целеполагания, планирования и принятия решений.
- Развить решительность и целеустремленность.

- Снизить уровень импульсивности и отвлекаемости.
- Повысить уровень самоконтроля и ответственности.
- Создать благоприятные условия для саморазвития и самореализации.

### Календарно – тематический план:

Таблица 14

| Дата     | Тема                                                                  | Содержание                                                                                                                                                                                                   | Цель                                                                                                             |
|----------|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1        | 2                                                                     | 3                                                                                                                                                                                                            | 4                                                                                                                |
| 10.02.25 | <b>Занятие 1:</b><br>"Воля: кто я без нее?"                           | 1. Приветствие и знакомство.<br>2. Мозговой штурм: "Что такое воля?".<br>3. Игра "Ситуации".<br>4. Мини-дискуссия "Кто я без воли?".<br>5. Рефлексия                                                         | Дать общее представление о воле как о способности управлять собой, выявить проявления воли в повседневной жизни. |
| 17.02.25 | <b>Занятие 2:</b><br>"Мои цели и моя воля"                            | 1. Разминка.<br>2. Мозговой штурм: "Зачем нужны цели?".<br>3. Знакомство с SMART-целями.<br>4. Практическое задание "Моя SMART-цель".<br>5. Дискуссия "Воля – помощник в достижении целей".<br>6. Рефлексия. | Связать понятие воли с процессом достижения целей, научить ставить SMART-цели.                                   |
| 24.02.25 | <b>Занятие 3:</b><br>"Препятствия на пути к цели и как их преодолеть" | 1. Разминка.<br>2. Игра "Препятствия".<br>3. Мини-лекция "Самомотивация и позитивное мышление".<br>4. Практическое задание "Мой план преодоления препятствий".<br>5. Рефлексия.                              | Научить распознавать препятствия на пути к цели и находить способы их преодоления, развивать настойчивость.      |
| 03.03.25 | <b>Занятие 4:</b><br>"Что такое решительность и как она проявляется?" | 1. Приветствие, разминка.<br>2. Мозговой штурм: "Решительность — это..."<br>3. Упражнение "Плюсы и минусы решительности"<br>4. Ролевая игра "Ситуации выбора"<br>5. Рефлексия                                | Определить понятие "решительность", осознать ее значение и выявить примеры проявления в жизни.                   |

| 1        | 2                                                                     | 3                                                                                                                                                               | 4                                                                                                                                       |
|----------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 10.03.25 | <b>Занятие 5:</b><br>"Преодолеваем страх и сомнения"                  | 1. Разминка "Энерджайзер"<br>2. Упражнение "Мои страхи"<br>3. Мини-лекция "Техники преодоления страха"<br>4. Практическое упражнение «Смелый шаг»<br>Рефлексия  | Осознание своих страхов и сомнений, мешающих проявлению решительности, поиск способов их преодоления.                                   |
| 17.03.25 | <b>Занятие 6:</b><br>"Принятие решений: алгоритм действий"            | 1. Разминка "Передай импульс"<br>2. Мини-лекция "Алгоритм принятия решений"<br>3. Упражнение "Анализ ситуации"<br>4. Упражнение "Оценка рисков"<br>5. Рефлексия | Освоение алгоритма принятия решений, развитие навыков анализа информации и оценки рисков.                                               |
| 24.03.25 | <b>Занятие 7:</b><br>"Что такое цель? Шаг к пониманию"                | 1. Разминка<br>2. Мини – лекция «Цель – это»<br>3. Упражнение "Мои маленькие мечты"<br>4. Обсуждение<br>5. рефлексия                                            | Познакомить участников с понятием цели и ее важностью.                                                                                  |
| 31.03.25 | <b>Занятие 8:</b><br>"Первые шаги: Планирование и действие"           | 1. Введение<br>2. Мини-лекция "Разбиваем цель на шаги"<br>3. Упражнение "Мой первый шаг"<br>4. Рефлексия                                                        | Помочь участникам разработать простые планы действий для достижения своих целей и сделать первые шаги.                                  |
| 07.04.25 | <b>Занятие 9:</b><br>"Преодоление препятствий : Маленькие победы"     | 1. Введение<br>2. Мини-лекция "Препятствия — это нормально"<br>3. Упражнение "Мои маленькие победы"<br>4. Обсуждение и завершение                               | Подготовить участников к возможным трудностям на пути к цели и научить их праздновать даже маленькие победы.                            |
| 14.04.25 | <b>Занятие 10:</b><br>"Принимаем решение: от сомнений к действию"     | 1. Введение<br>2. Мини-лекция<br>3. Упражнение "Шкала сомнений"<br>4. Техника "Что, если?"<br>5. Рефлексия                                                      | Помочь участникам осознать свои механизмы принятия решений и научить их техникам преодоления сомнений.                                  |
| 21.04.25 | <b>Занятие 11:</b><br>"Цель + Решительность = Успех: Движение вперед" | 1. Введение<br>2. Упражнение "Моя цель и мои шаги"<br>3. Техника "Визуализация успеха"<br>4. Рефлексия                                                          | Укрепить связь между решительностью и целеустремленностью, научить участников техникам поддержания мотивации и преодоления препятствий. |

| 1        | 2                                                                      | 3                                                                                                                                                           | 4                                                                                                                                                   |
|----------|------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.04.25 | <b>Занятие 12:</b><br>«Повторение и закрепление изученного материала». | 1. Введение<br>2. Вопросы на повторение прошлого материала<br>3. Упражнение "Разбор кейса"<br>4. Упражнение "Анализ текущей цели"<br>Обсуждение и рефлексия | Закрепить навыки целеполагания, планирования и поддержания мотивации, а также помочь участникам интегрировать эти навыки в свою повседневную жизнь. |

В дополнение к комплексу занятий мы предлагаем рекомендации педагогам и родителям по развитию волевых качеств детей младшего подросткового возраста (*Приложение II*).

## 2.4. Анализ эффективности проведенной работы

По итогам реализации комплекса занятий была проведена повторная диагностика сформированности волевых качеств младших подростков.

Обследовались дети, входящие в экспериментальную и контрольную группы.

С помощью методики Краткая шкала самоконтроля (BSCS) (Рисунок 7) было установлено положительное изменение показателей уровней сформированности самоконтроля в экспериментальной и контрольной группе.

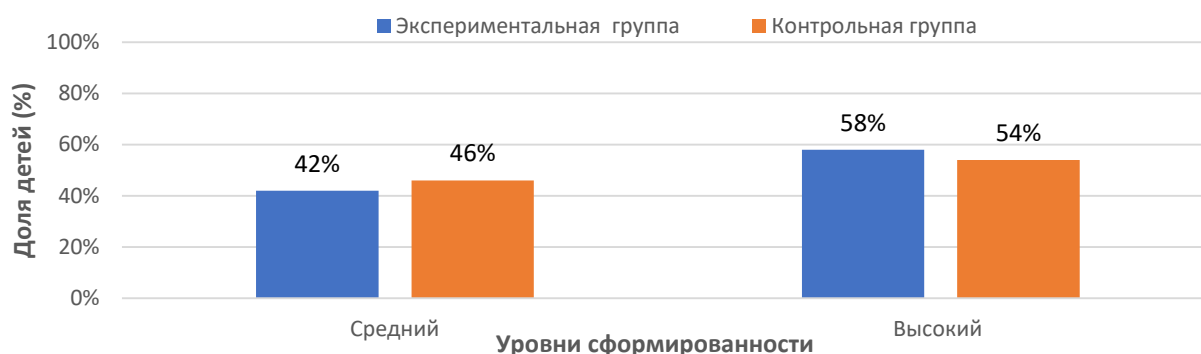


Рис. 7. Распределение выборочной совокупности детей экспериментальной и контрольной групп по уровням сформированности самоконтроля (Краткая шкала самоконтроля, BSCS)

Установлено: средний уровень сформированности самоконтроля выявлен у 42% опрошенных экспериментальной группы и 46% опрошенных контрольной группы. Высокий уровень отмечается у большинства опрошенных экспериментальной (58%) и контрольной (54%) группы. Обучающихся с низким и очень низким уровнем сформированности самоконтроля выявлено не было.

На Рисунке 8 можно отображено соотношение результатов исследования уровней сформированности решительности (тест «Решительность» Н.Н. Обозов) в экспериментальной и контрольной группах.

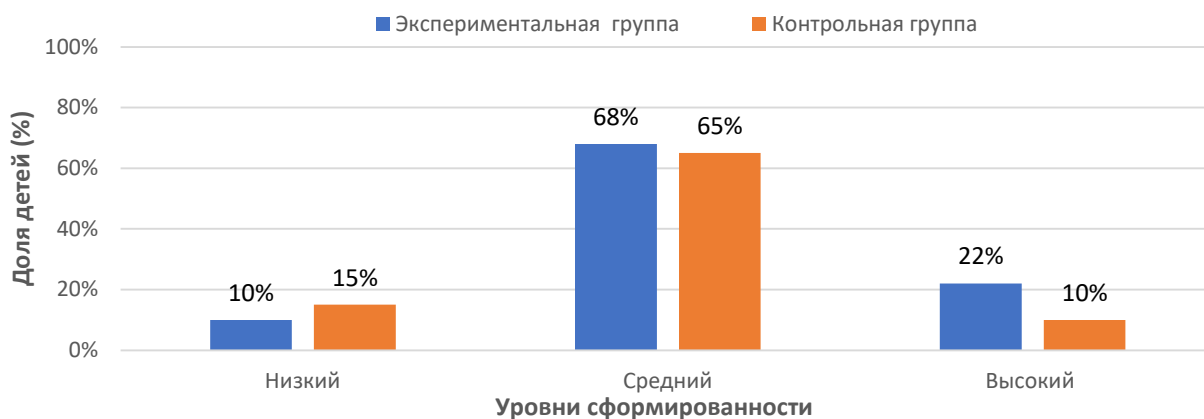


Рис. 8. Распределение выборочной совокупности детей экспериментальной и контрольной групп по уровням сформированности решительности (Тест «Решительность» (Н. Н. Обозов)).

Установлено: низкий уровень сформированности решительности выявлен у меньшей части опрошенных экспериментальной группы (10%) и у 15% опрошенных контрольной группы. Средний уровень преобладает в обеих группах: 68% в экспериментальной и 65% в контрольной. Незначительная часть экспериментальной группы имеет высокий уровень сформированности решительности – 22%, у меньшей части контрольной группы был выявлен высокий уровень сформированности решительности (10%).

На Рисунке 9 можно увидеть соотношение результатов исследования уровней сформированности целеустремленности (методика Р. Персо) в экспериментальной и контрольной группах.

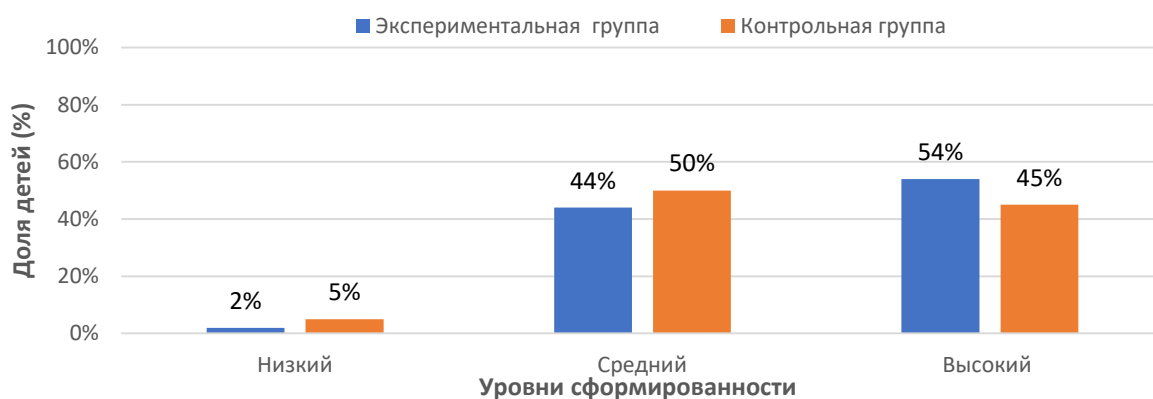


Рис. 9. Распределение выборочной совокупности детей экспериментальной и контрольной групп по уровням сформированности целеустремленности (методика Р. Персо).

Установлено: целеустремленность сформирована на низком уровне в экспериментальной группе у 2% опрошенных, в контрольной группе – 5%; средний уровень в экспериментальной группе – 44%, в контрольной группе – 50%; высокий уровень в экспериментальной группе – 54%, в контрольной группе – 45%.

На Рисунке 10 можно увидеть соотношение результатов исследования уровней сформированности терпеливости (методика Е.П. Ильина и Е.К. Фешенко) в экспериментальной и контрольной группах.



Рис. 10. Распределение выборочной совокупности детей экспериментальной и контрольной групп по уровням сформированности терпеливости (методика Е.П. Ильина и Е.К. Фешенко).

Установлено: средний уровень сформированности терпеливости выявлен у 30% опрошенных экспериментальной группы и 35% опрошенных контрольной группы. Высокий уровень сформированности отмечается у большинства опрошенных экспериментальной (70%) и контрольной (65%) группы. Обучающихся с низким уровнем сформированности терпеливости не выявлено.

На Рисунке 11 можно увидеть соотношение результатов исследования уровней сформированности самостоятельности (методика Я. Монич) в экспериментальной и контрольной группах.

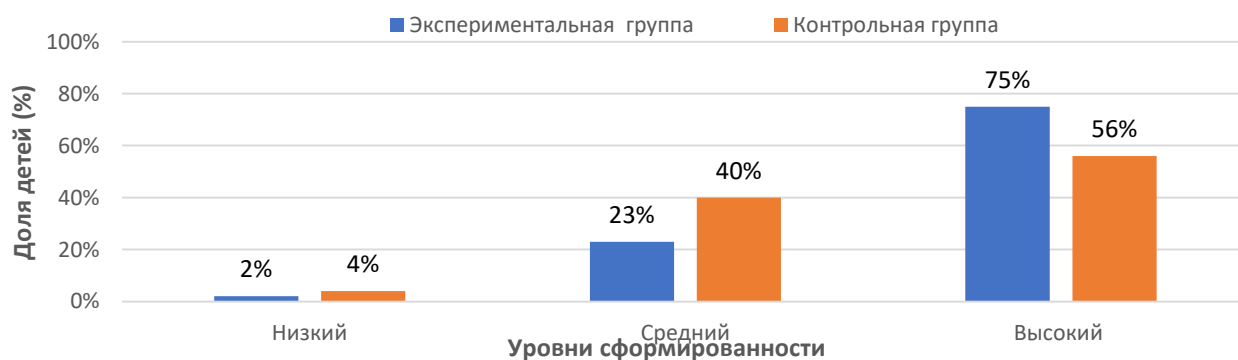


Рис. 11. Распределение выборочной совокупности детей экспериментальной и контрольной групп по уровням сформированности самостоятельности (методика Я. Монич)

Установлено: низкий уровень сформированности самостоятельности выявлен у 2% опрошенных экспериментальной группы и у 4% опрошенных контрольной группы. Средний уровень выявлен у 40% опрошенных контрольной группы и 23% опрошенных экспериментальной. Основная часть экспериментальной группы (75%) имеют высокий уровень сформированности самостоятельности, у контрольной группы к этой категории относится 56% опрошенных.

На рисунке 12 можно увидеть соотношение результатов исследования уровней сформированности инициативности (методика Е. А. Киреевой и Т. Д. Дубовицкой) в экспериментальной и контрольной группах.

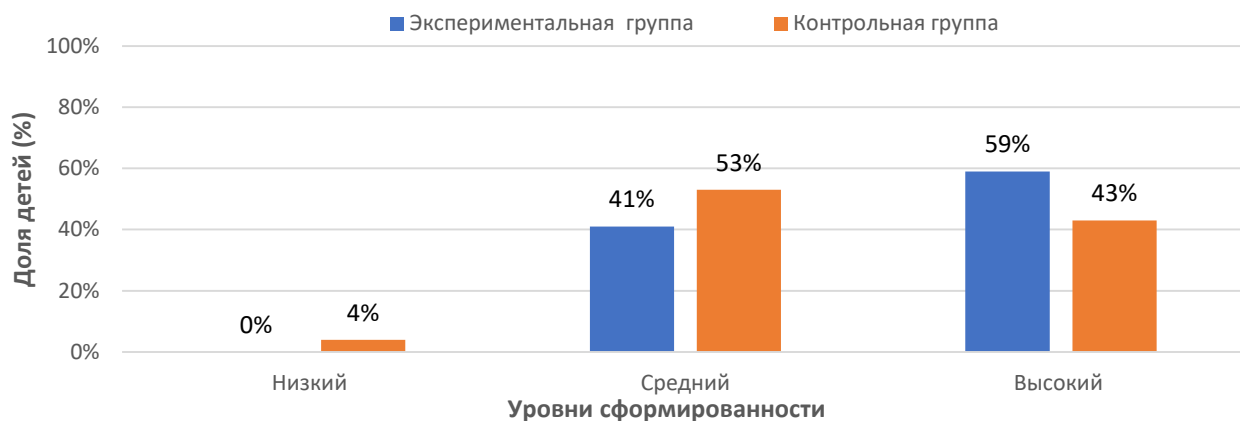


Рис. 12. Распределение выборочной совокупности детей экспериментальной и контрольной групп по уровням сформированности инициативности (методика Е. А. Киреевой и Т. Д. Дубовицкой)

Установлено: низкий уровень сформированности инициативности выявлен у 4% опрошенных контрольной группы и не выявлен у опрошенных экспериментальной группы. Средний уровень выявлен у 53% опрошенных контрольной группы и 41% опрошенных экспериментальной. Основная часть экспериментальной группы (59%) имеют высокий уровень сформированности инициативности, у контрольной группы к этой категории относится 43% опрошенных.

Таким образом, подводя общий итог можно сказать, что реализация комплекс занятий с элементами тренинга положительно повлиял на развитие волевых качеств детей младшего подросткового возраста.

## **Выводы по Главе 2**

Проведенный анализ эмпирического исследования позволяет сделать следующие выводы:

Самоконтроль сформирован у обучающихся преимущественно на среднем уровне, это означает, что обучающиеся понимают цели задания частично и не могут сохранить ее во всем объеме до конца занятия; в процессе работы допускают ошибки не только из-за невнимательности, но и потому, что не запомнили какие-то правила или забыли их; по окончании работы не проявляют желания улучшить ее качество.

Решительность сформирована на низком уровне, то есть обучающиеся принимают решения осторожно, но не пасуют перед серьезными проблемами, которые нужно решить сию минуту; колеблются обычно в том случае, если для решения есть достаточно времени и начинают одолевать разные сомнения, появляется соблазн все "утрясти", согласовать с вышестоящими руководителями, хотя вопрос этот - их уровня.

Целеустремленность сформирована на среднем уровне, такие обучающиеся знают, какая личность является целеустремленной, но не всегда поступают на уровне этих знаний; также им характерны выборочное проявление желания и интереса к учебе, пассивность в проявлении интереса и инициативы при распределении поручений воспитывающего характера, нерешительность в выборе вида деятельности из-за отсутствия уверенности в себе, достаточных знаний, умений и навыков.

Терпеливость сформирована на среднем уровне, обучающиеся знают, какая личность является целеустремленной, но не всегда поступают на уровне этих знаний; также им характерны выборочное проявление желания и интереса к учебе, пассивность в проявлении интереса и инициативы при распределении поручений воспитывающего характера, нерешительность в выборе вида

деятельности из-за отсутствия уверенности в себе, достаточных знаний, умений и навыков.

Самостоятельность сформирована на среднем уровне, обучающиеся склонны «выплескивать» проблемы и неприятности на других; они нуждаются в сочувствии и советах в решении своих проблем;

Инициативность сформирована на среднем уровне, в ситуации выбора эти обучающиеся не всегда полагаются только на себя, они испытывают потребность в совете родственников или друзей. Порой им хочется все бросить, так как цель, к которой они стремятся, кажется им недостижимой.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Исследованием данной темы занимались многие отечественные и зарубежные деятели. Сходство между ними заключается в признании важности воли как механизма, который позволяет человеку контролировать свои действия и достигать поставленных целей.

Младший подростковый возраст представляет собой сложный этап, который характеризуется преобладанием влияния ровесников, поиском себя и формированием личностных качеств. Важными аспектами психического развития являются потребность в социальном признании и стремление к независимости. К концу подросткового периода формируется самосознание, появляется стремление к самовыражению, самореализации и самообразованию.

Ключевыми аспектами этого периода являются нестабильность эмоционального состояния и необходимость в саморегуляции, что связано с гормональными изменениями и кризисом идентичности. Формирование таких волевых качеств, как целеполагание, самоконтроль, настойчивость и ответственность, требует активного участия как самих подростков, так и взрослых, которые их окружают.

В ходе проведения исследования решены следующие задачи.

1. Проанализирована научная психолого-педагогическая литература: изучено понятие «волевые качества», рассмотрены психологические особенности детей младшего подросткового возраста, в том числе специфика волевой сферы.

2. Эмпирическим путем выявлены особенности проявления волевых качеств детей младшего подросткового возраста: подростки инициативны, проявляют самостоятельность, обладают выдержкой, самообладанием, при этом

могут действовать недостаточно целеустремленно и решительно при решении задач (в учебной и внеучебной деятельности).

3. Разработан и реализован комплекс занятий с элементами тренинга, направленный на развитие волевых качеств детей младшего подросткового возраста. Содержание занятий включает задания на развитие целеустремленности, инициативности, самостоятельности, решительности, терпеливости, самоконтроля подростков; организуется воздействие группы (социальное одобрение); присутствует вербализованная рефлексия.

4. Изучена эффективность проведенной психолого-педагогической работы. Выявлены положительные изменения выраженности волевых качеств детей: выявлена позитивная динамика развития таких волевых качеств как инициативность, самостоятельность, терпеливость, самоконтроль; наибольшие изменения отмечены в показателях развития решительности и целеустремленности.

Решение указанных задач позволило доказать гипотезу исследования.

Цель исследования достигнута.

## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Абульханова К.А., Рубинштейн С.Л. Проблема субъекта в психологической науке / Под ред. А.В. Брушлинского, Володиковой М.И., Дружинина В.Н. М.: Изд-во "Академический проект", 2000.
2. Аксенова Г.И., Пивоварова Т.В. Экспериментальное исследование волевых качеств личности в психологии // Прикладная юридическая психология. 2022. №2 (59).
3. Антилогова Л.Н. Саморегуляция психических состояний личности в подростковый период // Вестник Омского университета. Сер. Психология. 2017. № 3.
4. Астахова Ю. Г. Особенности развития личности современных подростков / European Research. 2015. № 10(11). С. 107–112.
5. Бабушкин Г. Д., Смоленцева В. Н. Психология физической культуры и спорта. О.: СибГУФК, 2007.
6. Батыршина А. Р. Исследование воли в рамках психической регуляции: подход М. Я. Басова // Евразийский Союз Ученых. 2014. №8–9. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-voli-v-ramkah-psihicheskoy-regulyatsii-podhod-m-ya-basova> (дата обращения: 04.06.2025).
7. Баумайстер Р. Сила воли. Возьми свою жизнь под контроль. М.: Эксмо, 2018.
8. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. СПб.: Питер, 2008, 398 с.
9. Божович, Л. И. Развитие воли в онтогенезе // Божович Л. И. Проблемы формирования личности: Избранные психологические труды / под ред. Фельдштейна Д. И. 2-е изд., стер. М.: Издательство "Институт практической психологии»; Воронеж: НПО "МОДЭК", 1997. С. 302–332.

10. Булгаков В. М. Дидактический потенциал тренинга как средство формирования профессиональных компетенций у будущих педагогов // Вестник Шадринского государственного педагогического университета. 2024. №4 (64). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/didakticheskiy-potentsial-treninga-kak-sredstvo-formirovaniya-professionalnyh-kompetentsiy-u-buduschih-pedagogov> (дата обращения: 04.06.2025).

11. Быкова Е. А. К вопросу о формировании волевых качеств в подростковом возрасте // Вестник Шадринского государственного педагогического университета. 2021. №2 (50). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-voprosu-o-formirovanii-volevyh-kachestv-v-podrostkovom-vozhraсте> (дата обращения: 04.06.2025).

12. Волков Б.С. Психология подростка. М.: Академический проект. 2017. 240 с.

13. Выготский, Л.С. Развитие высших психических функций: из неопубл. трудов. М.: Изд-во Акад. пед. наук РСФСР, 1960. 500 с.

14. Высоцкий А. И. Волевая активность школьников и методы ее изучения: учебное пособие. Челябинск. 1979.

15. Глазырина И.А., Селиванова Ю.В. Проблема формирования целеустремленности и способы ее решения // Мир науки. Педагогика и психология. 2021. Т. 9. № 4.

16. Горбунов Г. Д. Психопедагогика спорта. М.: Физкультура и спорт, 1986, 164 с.

17. Горская Ю.М. Особенности развития личности в подростковом возрасте // Молодой ученый. 2020. № 43 (333). С. 71 –73.

18. Давыдов В.В. Возрастная и педагогическая психология: учебник для студентов пед. ин-тов / Давыдов В. В., Драгунова Т. В., Ительсон Л. Б. и др.; под ред. Петровского А. В.. 2-е изд., испр. и доп. М.: Просвещение, 1979.

19. Жданова Н. Е. Исследование смысложизненных ориентаций и волевых качеств личности подростков // Московский экономический журнал. 2021. №7.
20. Зимин П.П. Воля и ее воспитание у подростков. Т.: Знание, 2005.
21. Иванников В. А. Воля // Национальный психологический журнал. 2010. №1(3) с.97–102.
22. Иванников В.А. Произвольные процессы и проблема воли // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14, Психология. 1986. № 2. С. 18–29.
23. Ильин, Е.П. Психология воли. 2-е изд. СПб.: Питер, 2009. 368 с.
24. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. СПб.: Питер. 2002. 512 с.
25. Ильин Е.П. Психология спорта. СПб.: Питер, 2016. 585 с.
26. Конопкин, О.А. Психологические механизмы регуляции деятельности. Издание 2-с, исправленное и дополненное. М.: Ленанд, 2011. 320 с.
27. Литошенко Е. В. Развитие саморегуляции у младших подростков // Проблемы современного педагогического образования. 2021. №72 –3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-samoregulyatsii-u-mladshih-podrostkov>. (дата обращения: 04.06.2025).
28. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования [Электронный ресурс] // Министерство образования и науки Российской Федерации. Документы. <https://demo.consultant.ru/cgi/online.cgi?req=doc&base=LAW&n=470943>. (дата обращения: 05.11.2024)
29. Морозова И. С., Цигичко Е. А. Интегральные характеристики памяти у мальчиков и девочек в младшем подростковом возрасте: взаимосвязи показателей, гендерные различия // Ped.Rev.. 2023. №6 (52). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/integralnye-harakteristiki-pamyati-u-malchikov-i-devochek-v-mladshem-podrostkovom-vozhaste-vzaimosvyazi-pokazateley-gendernye>. (дата обращения: 04.06.2025).

30. Моросанова В. И. Стилевая саморегуляция поведения человека / В. И. Моросанова, Е. М. Коноз // Вопросы психологии. 2000. № 2. С. 118–127.
31. Оруджен Ф.Б. Направления развития волевых качеств подростков / Оруджев Ф.Б., Баркунова О.В. // Студенческий научный форум: материалы XII Междунар, студ. науч, конф. 2021. URL: <https://scienceforum.ru/2020/article/2018021250> (дата обращения: 04.06.2025).
32. Осницкий А.К. Психология самостоятельности. Методы исследования и диагностики / Москва – Нальчик: Психологический институт РАО; Нальчик: Эль-Фа, 1996. 124 с.
33. Панамарчук Н. К. Теоретические концепции понимания воли и их практический анализ / Н. К. Панамарчук // Молодой ученый. 2017. № 11(145). С. 524–527.
34. Петровский А. В. Социальная психология коллектива. Учеб. пособие для пед. ин-тов. М.: Просвещение, 1978. 176 с.
35. Прилепских О. С. Особенности воли и волевых качеств личности в подростковом возрасте / О. С. Прилепских // Проблемы современного педагогического образования. 2019. № 63-3. С. 314–317.
36. Радчук Я. Р. Психологические особенности младших подростков и личные взаимоотношения с одноклассниками // Молодежь и наука XXI века. Психология в образовании: Материалы Декадника науки института психолого-педагогического образования «Научный портал-2020». Электронное издание, Красноярск, 01–30 апреля 2020 года / Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева. Красноярск: Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева, 2020. С. 65 – 67.
37. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста /Ф. Райс, К. Долджин. 12-е изд. СПб: Питер, 2012. 816 с.

38. Родина Н. А., Кашина О. П., Городнова Т. В. Психологические особенности личностного развития младших подростков в процессе досуговой деятельности // Вестник ГУУ. 2022. №12. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-osobennosti-lichnostnogo-razvitiya-mladshih-podrostkov-v-protssesse-dosugovoy-deyatelnosti>. (дата обращения: 04.06.2025).

39. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии. И.: Питер, 2002 г., 720 с.

40. Симонова Г.И. Проблемы саморегуляции в младшем подростковом возрасте / Вестник Удмуртского университета. Серия Философия. Психология. Педагогика. 2021. № 3. С. 287 –293.

41. Смирнов Б. Н. Психологический анализ развития волевых качеств. Практические занятия по психологии. М.: Физкультура и спорт, 1977. С. 48

42. Смирнова Е.О. Детская психология. М.: ВЛАДОС, 2003.

43. Фельдштейн Д.И. Личностное развитие растущих людей в условиях социально-экономического кризиса. М.: Наука. 1994.

44. Фещенко Е.К. Возрастно-половые особенности самооценки волевых качеств. СПб.: Питер. 1999.

45. Филиппченко С.Н., Маторин Д.О. Развитие волевых качеств подростков (на примере учебно-воспитательного процесса образовательных организаций) // Современные проблемы науки и образования. 2023. № 4

46. Чумаков М.В. Эмоционально-волевая сфера личности: учебное пособие для вузов / Чумаков М.В. М.: Юрайт. 2024. 106 с.

47. Широчина А.И. Особенности волевых качеств в юношеском возрасте // StudNet. 2022. №6.

48. Шульга Т. И. Проблемы волевой регуляции в онтогенезе. М: Вопросы психологии, 1994.

49. Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды. Проблемы возрастной и педагогической психологии. М.: Педагогика. 1989. 560 с.

## ПРИЛОЖЕНИЕ

### Приложение А

#### Таблица 2

Результаты исследования самоконтроля в экспериментальной группе 1

| №   | Ф.И. ребенка | Количество баллов за вопросы, оценивающие самоконтроль детей | Уровень |
|-----|--------------|--------------------------------------------------------------|---------|
| 1   | 2            | 3                                                            | 4       |
| 1.  | А. П.        | 27                                                           | Высокий |
| 2.  | Б. Т.        | 29                                                           | Высокий |
| 3.  | Б. С.        | 26                                                           | Средний |
| 4.  | Б. З.        | 26                                                           | Средний |
| 5.  | В. И.        | 21                                                           | Средний |
| 6.  | Г. Е.        | 31                                                           | Высокий |
| 7.  | Д. И.        | 25                                                           | Средний |
| 8.  | Д. С.        | 22                                                           | Средний |
| 9.  | Е. А.        | 27                                                           | Высокий |
| 10. | И. Д.        | 23                                                           | Средний |
| 11. | К. В.        | 27                                                           | Высокий |
| 12. | К. С.        | 31                                                           | Высокий |
| 13. | Л. П.        | 25                                                           | Средний |
| 14. | М. К.        | 32                                                           | Высокий |
| 15. | М. М.        | 31                                                           | Высокий |
| 16. | И. Д.        | 23                                                           | Средний |
| 17. | М. М.        | 30                                                           | Высокий |
| 18. | М. К.        | 29                                                           | Высокий |
| 19. | О. К.        | 26                                                           | Средний |
| 20. | Т. М.        | 23                                                           | Средний |
| 21. | Ф. А.        | 19                                                           | Средний |
| 22. | Ч. Е.        | 25                                                           | Средний |
| 23. | Ч. У.        | 30                                                           | Высокий |
| 24. | Ч. Е.        | 25                                                           | Средний |
| 25. | Ш. М.        | 24                                                           | Средний |
| 26. | Я. Р.        | 24                                                           | Средний |

### Приложение Б

#### Таблица 3

Результаты исследования самоконтроля в экспериментальной группе 2

| № | Ф.И. ребенка | Количество баллов за вопросы, оценивающие самоконтроль детей | Уровень |
|---|--------------|--------------------------------------------------------------|---------|
|---|--------------|--------------------------------------------------------------|---------|

*Продолжение Таблицы 3*

| 1   | 2     | 3  | 4       |
|-----|-------|----|---------|
| 1.  | А. Л. | 21 | Средний |
| 2.  | А. М. | 29 | Высокий |
| 3.  | Б. Е. | 32 | Высокий |
| 4.  | Б. Т. | 25 | Средний |
| 5.  | Г. Е. | 31 | Высокий |
| 6.  | Г. А. | 26 | Средний |
| 7.  | И. И. | 31 | Высокий |
| 8.  | К. Д. | 30 | Высокий |
| 9.  | К. А. | 26 | Средний |
| 10. | К. А. | 27 | Высокий |
| 11. | К. Е. | 30 | Высокий |
| 12. | К. Я. | 31 | Высокий |
| 13. | Л. А. | 32 | Высокий |
| 14. | Л. А. | 25 | Средний |
| 15. | М. М. | 27 | Высокий |
| 16. | Н. Е. | 27 | Высокий |
| 17. | О. В. | 25 | Средний |
| 18. | П. Е. | 26 | Средний |
| 19. | П. Д. | 25 | Средний |
| 20. | С. Д. | 30 | Высокий |
| 21. | С. Е. | 29 | Высокий |
| 22. | С. М. | 25 | Средний |
| 23. | Ф. Р. | 24 | Средний |
| 24. | Ч. Е. | 26 | Средний |

*Приложение В*

*Таблица 4*

Результаты исследования решительности в экспериментальной группе 1

| №  | Ф.И. ребенка | Количество баллов за вопросы, оценивающие решительность детей | Уровень |
|----|--------------|---------------------------------------------------------------|---------|
| 1  | 2            | 3                                                             | 4       |
| 1. | А. П.        | 18                                                            | Низкий  |
| 2. | Б. Т.        | 24                                                            | Средний |
| 3. | Б. С.        | 26                                                            | Средний |
| 4. | Б. З.        | 24                                                            | Средний |
| 5. | В. И.        | 13                                                            | Низкий  |
| 6. | Г. Е.        | 11                                                            | Низкий  |
| 7. | Д. И.        | 20                                                            | Средний |
| 8. | Д. С.        | 21                                                            | Средний |

Продолжение таблицы 4

| 1   | 2     | 3  | 4       |
|-----|-------|----|---------|
| 9.  | Е. А. | 21 | Средний |
| 10. | И. Д. | 23 | Средний |
| 11. | К. В. | 15 | Низкий  |
| 12. | К. С. | 21 | Средний |
| 13. | Л. П. | 22 | Средний |
| 14. | М. К. | 15 | Низкий  |
| 15. | М. М. | 24 | Средний |
| 16. | И. Д. | 15 | Низкий  |
| 17. | М. М. | 12 | Низкий  |
| 18. | М. К. | 13 | Низкий  |
| 19. | О. К. | 15 | Низкий  |
| 20. | Т. М. | 10 | Низкий  |
| 21. | Ф. А. | 18 | Низкий  |
| 22. | Ч. Е. | 16 | Низкий  |
| 23. | Ч. У. | 12 | Низкий  |
| 24. | Ч. Е. | 18 | Низкий  |
| 25. | Ш. М. | 24 | Средний |
| 26. | Я. Р. | 16 | Низкий  |

Приложение Г

Таблица 5

Результаты исследования решительности в экспериментальной группе 2

| №   | Ф.И. ребенка | Количество баллов за вопросы, оценивающие решительность детей | Уровень      |
|-----|--------------|---------------------------------------------------------------|--------------|
| 1   | 2            | 3                                                             | 4            |
| 1.  | А. Л.        | 19                                                            | Средний      |
| 2.  | А. М.        | 14                                                            | Низкий       |
| 3.  | Б. Е.        | 7                                                             | Очень низкий |
| 4.  | Б. Т.        | 14                                                            | Низкий       |
| 5.  | Г. Е.        | 17                                                            | Низкий       |
| 6.  | Г. А.        | 22                                                            | Средний      |
| 7.  | И. И.        | 20                                                            | Средний      |
| 8.  | К. Д.        | 20                                                            | Средний      |
| 9.  | К. А.        | 10                                                            | Низкий       |
| 10. | К. А.        | 18                                                            | Низкий       |
| 11. | К. Е.        | 14                                                            | Низкий       |
| 12. | К. Я.        | 16                                                            | Низкий       |
| 13. | Л. А.        | 18                                                            | Низкий       |
| 14. | Л. А.        | 12                                                            | Низкий       |
| 15. | М. М.        | 18                                                            | Низкий       |

Продолжение таблицы 5

| 1   | 2     | 3  | 4            |
|-----|-------|----|--------------|
| 16. | Н. Е. | 13 | Низкий       |
| 17. | О. В. | 21 | Средний      |
| 18. | П. Е. | 18 | Низкий       |
| 19. | П. Д. | 13 | Низкий       |
| 20. | С. Д. | 18 | Низкий       |
| 21. | С. Е. | 13 | Низкий       |
| 22. | С. М. | 18 | Низкий       |
| 23. | Ф. Р. | 13 | Низкий       |
| 24. | Ч. Е. | 8  | Очень низкий |

Приложение Д

Таблица 6

Результаты исследования целеустремленности в экспериментальной группе 1

| №   | Ф.И. ребенка | Количество баллов за вопросы, оценивающие целеустремленность детей | Уровень |
|-----|--------------|--------------------------------------------------------------------|---------|
| 1   | 2            | 3                                                                  | 4       |
| 1.  | А. П.        | 7                                                                  | Средний |
| 2.  | Б. Т.        | 7                                                                  | Средний |
| 3.  | Б. С.        | 9                                                                  | Высокий |
| 4.  | Б. З.        | 7                                                                  | Средний |
| 5.  | В. И.        | 7                                                                  | Средний |
| 6.  | Г. Е.        | 8                                                                  | Высокий |
| 7.  | Д. И.        | 5                                                                  | Средний |
| 8.  | Д. С.        | 10                                                                 | Высокий |
| 9.  | Е. А.        | 6                                                                  | Средний |
| 10. | И. Д.        | 6                                                                  | Средний |
| 11. | К. В.        | 6                                                                  | Средний |
| 12. | К. С.        | 6                                                                  | Средний |
| 13. | Л. П.        | 5                                                                  | Средний |
| 14. | М. К.        | 8                                                                  | Высокий |
| 15. | М. М.        | 4                                                                  | Низкий  |
| 16. | И. Д.        | 6                                                                  | Средний |
| 17. | М. М.        | 4                                                                  | Низкий  |
| 18. | М. К.        | 7                                                                  | Средний |
| 19. | О. К.        | 5                                                                  | Средний |
| 20. | Т. М.        | 7                                                                  | Средний |
| 21. | Ф. А.        | 8                                                                  | Высокий |
| 22. | Ч. Е.        | 8                                                                  | Высокий |
| 23. | Ч. У.        | 6                                                                  | Средний |
| 24. | Ч. Е.        | 5                                                                  | Средний |

*Продолжение таблицы 6*

| 1   | 2     | 3 | 4       |
|-----|-------|---|---------|
| 25. | Ш. М. | 4 | Низкий  |
| 26. | Я. Р. | 8 | Высокий |

*Приложение Е*

*Таблица 7*

Результаты исследования целеустремленности в экспериментальной группе 2

| №   | Ф.И. ребенка | Количество баллов за вопросы, оценивающие целеустремленности детей | Уровень |
|-----|--------------|--------------------------------------------------------------------|---------|
| 1   | 2            | 3                                                                  | 4       |
| 1.  | А. Л.        | 8                                                                  | Высокий |
| 2.  | А. М.        | 8                                                                  | Высокий |
| 3.  | Б. Е.        | 5                                                                  | Средний |
| 4.  | Б. Т.        | 7                                                                  | Средний |
| 5.  | Г. Е.        | 7                                                                  | Средний |
| 6.  | Г. А.        | 8                                                                  | Высокий |
| 7.  | И. И.        | 5                                                                  | Средний |
| 8.  | К. Д.        | 4                                                                  | Низкий  |
| 9.  | К. А.        | 5                                                                  | Средний |
| 10. | К. А.        | 5                                                                  | Средний |
| 11. | К. Е.        | 6                                                                  | Средний |
| 12. | К. Я.        | 7                                                                  | Средний |
| 13. | Л. А.        | 7                                                                  | Средний |
| 14. | Л. А.        | 4                                                                  | Низкий  |
| 15. | М. М.        | 7                                                                  | Средний |
| 16. | Н. Е.        | 8                                                                  | Высокий |
| 17. | О. В.        | 5                                                                  | Средний |
| 18. | П. Е.        | 4                                                                  | Низкий  |
| 19. | П. Д.        | 7                                                                  | Средний |
| 20. | С. Д.        | 6                                                                  | Средний |
| 21. | С. Е.        | 7                                                                  | Средний |
| 22. | С. М.        | 7                                                                  | Средний |
| 23. | Ф. Р.        | 6                                                                  | Средний |
| 24. | Ч. Е.        | 10                                                                 | Высокий |

## Результаты исследования терпеливости в экспериментальной группе 1

| №   | Ф.И. ребенка | Количество баллов за вопросы, оценивающие терпеливость детей | Уровень |
|-----|--------------|--------------------------------------------------------------|---------|
| 1   | 2            | 3                                                            | 4       |
| 1.  | А. П.        | 11                                                           | Средний |
| 2.  | Б. Т.        | 6                                                            | Низкий  |
| 3.  | Б. С.        | 12                                                           | Высокий |
| 4.  | Б. З.        | 11                                                           | Средний |
| 5.  | В. И.        | 7                                                            | Средний |
| 6.  | Г. Е.        | 9                                                            | Средний |
| 7.  | Д. И.        | 11                                                           | Средний |
| 8.  | Д. С.        | 13                                                           | Высокий |
| 9.  | Е. А.        | 8                                                            | Средний |
| 10. | И. Д.        | 14                                                           | Высокий |
| 11. | К. В.        | 11                                                           | Средний |
| 12. | К. С.        | 8                                                            | Средний |
| 13. | Л. П.        | 4                                                            | Низкий  |
| 14. | М. К.        | 8                                                            | Средний |
| 15. | М. М.        | 9                                                            | Средний |
| 16. | И. Д.        | 9                                                            | Средний |
| 17. | М. М.        | 12                                                           | Высокий |
| 18. | М. К.        | 9                                                            | Средний |
| 19. | О. К.        | 7                                                            | Средний |
| 20. | Т. М.        | 13                                                           | Высокий |
| 21. | Ф. А.        | 9                                                            | Средний |
| 22. | Ч. Е.        | 7                                                            | Средний |
| 23. | Ч. У.        | 11                                                           | Средний |
| 24. | Ч. Е.        | 7                                                            | Средний |
| 25. | Ш. М.        | 13                                                           | Высокий |
| 26. | Я. Р.        | 12                                                           | Высокий |

## Результаты исследования терпеливости в экспериментальной группе 2

| № | Ф.И. ребенка | Количество баллов за вопросы, оценивающие терпеливость детей | Уровень |
|---|--------------|--------------------------------------------------------------|---------|
| 1 | 2            | 3                                                            | 4       |

Продолжение таблицы 9

| 1   | 2     | 3  | 4       |
|-----|-------|----|---------|
| 1.  | А. Л. | 8  | Средний |
| 2.  | А. М. | 10 | Средний |
| 3.  | Б. Е. | 8  | Средний |
| 4.  | Б. Т. | 13 | Высокий |
| 5.  | Г. Е. | 8  | Средний |
| 6.  | Г. А. | 8  | Средний |
| 7.  | И. И. | 7  | Средний |
| 8.  | К. Д. | 9  | Средний |
| 9.  | К. А. | 6  | Низкий  |
| 10. | К. А. | 11 | Средний |
| 11. | К. Е. | 11 | Средний |
| 12. | К. Я. | 5  | Низкий  |
| 13. | Л. А. | 7  | Средний |
| 14. | Л. А. | 10 | Средний |
| 15. | М. М. | 8  | Средний |
| 16. | Н. Е. | 8  | Средний |
| 17. | О. В. | 6  | Средний |
| 18. | П. Е. | 8  | Средний |
| 19. | П. Д. | 13 | Высокий |
| 20. | С. Д. | 5  | Низкий  |
| 21. | С. Е. | 15 | Высокий |
| 22. | С. М. | 7  | Средний |
| 23. | Ф. Р. | 14 | Высокий |
| 24. | Ч. Е. | 6  | Низкий  |

Приложение И

Таблица 10

Результаты исследования самостоятельности в экспериментальной группе 1

| №  | Ф.И. ребенка | Количество баллов за вопросы, оценивающие самостоятельность детей | Уровень |
|----|--------------|-------------------------------------------------------------------|---------|
| 1  | 2            | 3                                                                 | 4       |
| 1. | А. П.        | 4                                                                 | Средний |
| 2. | Б. Т.        | 4                                                                 | Средний |
| 3. | Б. С.        | 5                                                                 | Высокий |
| 4. | Б. З.        | 4                                                                 | Средний |
| 5. | В. И.        | 4                                                                 | Низкий  |
| 6. | Г. Е.        | 6                                                                 | Высокий |
| 7. | Д. И.        | 5                                                                 | Высокий |

Продолжение таблицы 10

| 1   | 2     | 3 | 4       |
|-----|-------|---|---------|
| 8.  | Д. С. | 4 | Высокий |
| 9.  | Е. А. | 5 | Высокий |
| 10. | И. Д. | 4 | Высокий |
| 11. | К. В. | 3 | Средний |
| 12. | К. С. | 3 | Средний |
| 13. | Л. П. | 6 | Средний |
| 14. | М. К. | 3 | Низкий  |
| 15. | М. М. | 3 | Средний |
| 16. | И. Д. | 3 | Средний |
| 17. | М. М. | 3 | Средний |
| 18. | М. К. | 3 | Высокий |
| 19. | О. К. | 4 | Высокий |
| 20. | Т. М. | 6 | Высокий |
| 21. | Ф. А. | 4 | Высокий |
| 22. | Ч. Е. | 4 | Средний |
| 23. | Ч. У. | 4 | Низкий  |
| 24. | Ч. Е. | 4 | Высокий |
| 25. | Ш. М. | 3 | Средний |
| 26. | Я. Р. | 4 | Средний |

Приложение К

Таблица 11

Результаты исследования самостоятельности в экспериментальной группе 2

| №   | Ф.И. ребенка | Количество баллов за вопросы, оценивающие самостоятельность детей | Уровень |
|-----|--------------|-------------------------------------------------------------------|---------|
| 1   | 2            | 3                                                                 | 4       |
| 1.  | А. Л.        | 3                                                                 | Средний |
| 2.  | А. М.        | 4                                                                 | Высокий |
| 3.  | Б. Е.        | 3                                                                 | Средний |
| 4.  | Б. Т.        | 4                                                                 | Высокий |
| 5.  | Г. Е.        | 4                                                                 | Высокий |
| 6.  | Г. А.        | 4                                                                 | Низкий  |
| 7.  | И. И.        | 4                                                                 | Высокий |
| 8.  | К. Д.        | 4                                                                 | Высокий |
| 9.  | К. А.        | 3                                                                 | Средний |
| 10. | К. А.        | 4                                                                 | Средний |
| 11. | К. Е.        | 4                                                                 | Средний |
| 12. | К. Я.        | 4                                                                 | Средний |
| 13. | Л. А.        | 6                                                                 | Высокий |

*Продолжение таблицы 11*

| 1   | 2     | 3 | 4       |
|-----|-------|---|---------|
| 14. | Л. А. | 4 | Высокий |
| 15. | М. М. | 4 | Средний |
| 16. | Н. Е. | 4 | Средний |
| 17. | О. В. | 4 | Высокий |
| 18. | П. Е. | 3 | Средний |
| 19. | П. Д. | 5 | Средний |
| 20. | С. Д. | 3 | Средний |
| 21. | С. Е. | 4 | Средний |
| 22. | С. М. | 4 | Средний |
| 23. | Ф. Р. | 4 | Средний |
| 24. | Ч. Е. | 3 | Средний |

*Приложение Л*

*Таблица 12*

**Результаты исследования инициативности в экспериментальной группе 1**

| №   | Ф.И. ребенка | Количество баллов за вопросы, оценивающие инициативности детей | Уровень |
|-----|--------------|----------------------------------------------------------------|---------|
| 1   | 2            | 3                                                              | 4       |
| 1.  | А. П.        | 15                                                             | Средний |
| 2.  | Б. Т.        | 10                                                             | Средний |
| 3.  | Б. С.        | 13                                                             | Средний |
| 4.  | Б. З.        | 11                                                             | Средний |
| 5.  | В. И.        | 14                                                             | Средний |
| 6.  | Г. Е.        | 10                                                             | Средний |
| 7.  | Д. И.        | 20                                                             | Высокий |
| 8.  | Д. С.        | 15                                                             | Средний |
| 9.  | Е. А.        | 20                                                             | Высокий |
| 10. | И. Д.        | 18                                                             | Высокий |
| 11. | К. В.        | 21                                                             | Высокий |
| 12. | К. С.        | 16                                                             | Средний |
| 13. | Л. П.        | 6                                                              | Низкий  |
| 14. | М. К.        | 15                                                             | Средний |
| 15. | М. М.        | 13                                                             | Средний |
| 16. | И. Д.        | 15                                                             | Средний |
| 17. | М. М.        | 16                                                             | Средний |
| 18. | М. К.        | 7                                                              | Низкий  |
| 19. | О. К.        | 16                                                             | Средний |
| 20. | Т. М.        | 19                                                             | Высокий |
| 21. | Ф. А.        | 12                                                             | Средний |

*Продолжение таблицы 12*

| 1   | 2     | 3  | 4       |
|-----|-------|----|---------|
| 22. | Ч. Е. | 14 | Средний |
| 23. | Ч. У. | 14 | Средний |
| 24. | Ч. Е. | 16 | Средний |
| 25. | Ш. М. | 17 | Высокий |
| 26. | Я. Р. | 17 | Высокий |

*Приложение М*

*Таблица 13*

Результаты исследования инициативности в экспериментальной группе 2

| №   | Ф.И. ребенка | Количество баллов за вопросы, оценивающие инициативность детей | Уровень |
|-----|--------------|----------------------------------------------------------------|---------|
| 1   | 2            | 3                                                              | 4       |
| 1.  | А. Л.        | 17                                                             | Высокий |
| 2.  | А. М.        | 14                                                             | Средний |
| 3.  | Б. Е.        | 12                                                             | Средний |
| 4.  | Б. Т.        | 20                                                             | Высокий |
| 5.  | Г. Е.        | 19                                                             | Высокий |
| 6.  | Г. А.        | 15                                                             | Средний |
| 7.  | И. И.        | 11                                                             | Средний |
| 8.  | К. Д.        | 13                                                             | Средний |
| 9.  | К. А.        | 8                                                              | Низкий  |
| 10. | К. А.        | 22                                                             | Высокий |
| 11. | К. Е.        | 15                                                             | Средний |
| 12. | К. Я.        | 12                                                             | Средний |
| 13. | Л. А.        | 13                                                             | Средний |
| 14. | Л. А.        | 11                                                             | Средний |
| 15. | М. М.        | 17                                                             | Высокий |
| 16. | Н. Е.        | 16                                                             | Средний |
| 17. | О. В.        | 9                                                              | Средний |
| 18. | П. Е.        | 13                                                             | Средний |
| 19. | П. Д.        | 19                                                             | Высокий |
| 20. | С. Д.        | 19                                                             | Высокий |
| 21. | С. Е.        | 20                                                             | Высокий |
| 22. | С. М.        | 24                                                             | Высокий |
| 23. | Ф. Р.        | 11                                                             | Средний |
| 24. | Ч. Е.        | 17                                                             | Высокий |

Занятие 1: "Воля: кто я без неё?"

1. Приветствие и знакомство "Снежный ком".

2. Мозговой штурм: "Что такое воля?"

Цель: дать общее представление о воле как о способности управлять собой, выявить проявления воли в повседневной жизни.

3. Игра "Ситуации"

Цель: активизировать осознание необходимости проявления воли в различных жизненных обстоятельствах.

4. Мини-дискуссия "Кто я без воли?"

Цель: выявить возможные последствия недостаточного развития волевых качеств: лень, прокрастинация, невыполненные обещания, упущенные возможности и т.д.

5. Рефлексия и прощание.

Занятие 2: "Что такое цель? Шаг к пониманию"

1. Приветствие, разминка "Зеркало"

2. Мини – лекция "Цель – это"

Цель: определить понятие "цель", обозначить её значение и выявить примеры проявления в жизни.

3. Упражнение "Мои маленькие мечты"

Цель: обсудить, как каждая мечта может быть преобразована в конкретную цель с помощью добавления четких критериев.

4. Упражнение "Преобразуем!"

Цель: развить навык формулирования целей таким образом, чтобы они не были размытыми, а представляли собой четкие формулировки.

5. Рефлексия и завершение.

### Занятие 3: "Препятствия на пути к цели и как их преодолеть"

1. Приветствие и разминка "Крокодил".

2. Игра "Препятствия".

Цель: научиться находить разные способы решения в случае столкновения с «препятствиями» в жизни.

3. Мини-лекция "Самомотивация и позитивное мышление".

Цель: обсудить важность позитивного настроения и веры в свои силы, а также техники самомотивации.

4. Практическое задание "Мой план преодоления препятствий".

Цель: составить план действий для преодоления возможных препятствий на пути к своей SMART-цели.

5. Рефлексия и завершение.

### Занятие 4: "Что такое решительность и как она проявляется?"

1. Приветствие, разминка "Два факта и ложь".

2. Мозговой штурм: "Решительность — это..."

Цель: определить понятие "решительность", обозначить её значение и выявить примеры проявления в жизни.

3. Упражнение "Плюсы и минусы решительности"

Цель: выявить достоинства и недостатки решительности, выделить для себя полезные качества.

4. Ролевая игра "Ситуации выбора"

Цель: разыграть ситуации, демонстрируя решительное и нерешительное поведение.

5. Рефлексия и завершение.

### Занятие 5: "Преодолеваем страх и сомнения "

1. Приветствие, разминка "Энерджайзер".

2. Упражнение "Мои страхи"

Цель: выявить собственные страхи и попытаться найти способ решения.

3. Мини-лекция "Техники преодоления страха"

Цель: ознакомиться с техниками преодоления страха и сомнений.

4. Практическое упражнение "Смелый шаг"

Цель: научиться выделять собственные страхи и находить способы решения.

5. Рефлексия и прощение.

### Занятие 6: "Принятие решений: алгоритм действий"

1. Приветствие, разминка "Передай импульс".

2. Мини-лекция "Алгоритм принятия решений".

Цель: освоение алгоритма принятия решений, развитие навыков анализа информации и оценки рисков.

3. Упражнение "Анализ ситуации"

Цель: проанализировать ситуацию и предложить альтернативные решения.

4. Упражнение "Оценка рисков"

Цель: научиться оценивать преимущества и недостатки каждого предложенного решения, определять возможные риски и способы их минимизации.

5. Рефлексия и завершение.

### Занятие 7: "Мои цели и моя воля"

1. Приветствие и разминка "Комплименты по кругу".
2. Мозговой штурм: "Зачем нужны цели?".  
Цель: обсудить важность целей в жизни человека, их влияние на мотивацию и успех.
3. Знакомство с SMART-целями.  
Цель: выяснить что такое SMART-цели, научиться планировать согласно критериям.
4. Практическое задание "Моя SMART-цель"  
Цель: развить навык ставить цели, согласно критериям SMART.
5. Дискуссия "Воля – помощник в достижении целей"  
Цель: обсудить, как воля помогает не отвлекаться от цели, преодолевать лень и препятствия.
6. Рефлексия и завершение.

### Занятие 8: " Первые шаги: Планирование и действие"

1. Приветствие и разминка "Зеркало".
2. Мини-лекция "Разбиваем цель на шаги"  
Цель: сформировать представление о важности и способах разделения цели на несколько небольших шагов, разбор преимуществ таких способов.
3. Упражнение "Мой первый шаг"  
Цель: выбрать одну из своих SMART-целей и определить 3-5 первых конкретных шагов, которые необходимо предпринять для ее достижения.
4. Обсуждение.
5. Рефлексия и завершение.

### Занятие 9: "Преодоление препятствий: Маленькие победы"

1. Приветствие и разминка "Приветствие жестами".

2. Мини-лекция "Препятствия — это нормально"

Цель: развитие позитивного мышления.

3. Упражнение "Мои маленькие победы"

Цель: развитие навыка замечать за собой успехи заной значимости.

4. Обсуждение и завершение.

### Занятие 10: "Принимаем решение: от сомнений к действию"

1. Приветствие и разминка "Ассоциации".

2. Мини-лекция "Сомнения"

Цель: сформировать представление о природе сомнений и как они влияют на принятие решений.

3. Упражнение "Шкала сомнений"

Цель: развитие навыка анализировать ситуации и находить подходящее решение.

4. Техника "Что, если?"

Цель: рассмотреть худший сценарий реализации решения, и то, как можно с ним справиться, если он случится.

5. Рефлексия и завершение.

### Занятие 11: "Цель + Решительность = Успех: Движение вперед"

1. Приветствие и разминка "Вопрос дня".

2. Упражнение "Моя цель и мои шаги"

Цель: активизации движения к выбранной SMART-цели через осознанное планирование и оценку собственной готовности к действию.

3. Техника "Визуализация успеха"

Цель: усилении мотивации и повышении уверенности в достижении поставленной цели через создание яркого и эмоционально насыщенного образа успеха.

4. Упражнение: "Выбор супергероя"

Цель: помочь учащимся осознать, что решительность предполагает выбор и принятие последствий, а также развить умение быстро принимать решения в условиях ограниченной информации.

5. Рефлексия и завершение.

Занятие 12: "Повторение и закрепление изученного материала"

1. Приветствие и разминка " Крокодил".

2. Вопросы на повторение прошлого материала

Цель: повторить и закрепить знания и навыки, полученные на прошлых занятиях.

3. Упражнение "Разбор кейса"

Цель: закрепить навык разработки альтернативного решения ситуации с учетом возникших трудностей.

4. Упражнение "Анализ текущей цели"

Цель: вернуться к одной из поставленной SMART-цели и проанализировать ее актуальность.

5. Упражнение "Дневник благодарности и достижений"

Цель: посредством группового взаимодействия отметить как можно больше собственных достижений.

6. Обсуждение и рефлексия, завершение.

Рекомендации педагогам по развитию волевых качеств детей младшего подросткового возраста:

1. Поощряйте самостоятельность: поддерживайте принятие решений, помогайте развивать уверенность.
2. Практическое применение: обеспечивайте возможности для применения знаний, чтобы учащиеся видели результаты.
3. Совместные проекты: организуйте задачи, требующие взаимодействия, обсуждения вариантов действий.
4. Поддержка прогресса: регулярно обсуждайте достижения, мотивируйте к дальнейшим успехам.
5. Стратегии решения проблем: Обучайте управлению стрессом и преодолению трудностей.

Также предлагаем рекомендации для родителей, которые могут помочь в развитии волевых качеств подростков:

1. Цели: Помогайте ставить SMART-цели, поддерживайте, но не делайте работу за подростка.
2. Планирование: учите составлять списки, расписания, расставлять приоритеты, используйте органайзеры.
3. Привычки: поддерживайте развитие 1-2 полезных привычек.
4. Отвлечение: помогите осознать отвлекающие факторы и разработать стратегии минимизации.
5. Настойчивость: учите извлекать уроки из ошибок, не сдаваться.