Міністерство освіти і науки України
ПВНЗ «Краматорський економіко - гуманітарний інститут»
Кафедра: Психології

Курсова робота з дисципліни:
«Психодіагностика»
на тему:
«Мотиваційно-вольові властивості особистості як фактор успішності діяльності»

Курсова робота з курсу:
«Психодіагностика»
Студента групи ПС - 13 - 1з, Вишневської Л. О.
Керівник:Кайманова Яна Вікторівна

Краматорськ, 2016

Зміст:

Вступ 4
Розділ 1. Теоретичний аналіз сутності волі та її особливостей. 8
1. 1. Визначення поняття «воля», її природа та формування 8
1. 2. Психофізіологічна основа простих і складних дій. Роль мотиву та мети у вольових діях 12
1. 3. Вольовий акт та його структура. 26
1. 4. Поняття потреби, мотиву і мотивації, її індивідуальні особливості. 36
1. 5. Мотивація як процес. Стадії мотиваційного процесу. 42
1. 6. Психологічні теорії мотивації. 44
1. 7. Формування волі в дитячому та підлітковому віці. 52
1. 8. Поняття сили волі та вольова регуляція поведінки людини. 60
1. 9. Вольові якості особистості та їх розвиток. 62
Висновки до 1 розділу. 68
Розділ 2. Методи та методики дослідження мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактору успішності діяльності. 70
2.1. Загальна характеристика методів та методик дослідження методів та методик дослідження мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактору успішності діяльності. 70
2.2. Методика дослідження локусу контролю Дж. Роттера. 76
2.3. Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна. 78
2.4. Вивчення довільного самоконтролю. 79
2.5. Опитувальник для оцінки своєї наполегливості. 79
2.6. Опитувальник для оцінки своєї завзятості. 79
2.7. Експериментальна діагностика завадостійкості (самоконтролю діяльності при наявності зовнішніх перешкод). 80
2.8. Оцінка сили та тривалих вольових зусиль за А. Н. Шадріним. 84
2.9. Анкета «саморегуляції проявів ліні» Д. А. Богданової і С. Т. Посохової. 86
2.10. Тест-опитувальник «Дослідження вольової саморегуляції». 87
2.11. Шкала оцінки потреби в досягненні. 87
2.12. Корекційні методики. 88
Висновки до 2 розділу. 98
Розділ 3. Емпіричне дослідження мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактор успішності діяльності. 99
3.1. Організація емпіричного дослідження. 99
3.2. Емпіричне дослідження мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактор успішності діяльності. 103
3.3. Контрольний зріз. Емпіричне дослідження мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактор успішності діяльності. 119
3.4. Визначення коефіцієнту рангової кореляції Спірмена у емпіричному дослідженні рівня розвитку сприйняття. 135
Висновки до 3 розділу. 139
Загальні висновки. 141
Рекомендації. 146
Список використаної літератури: 148
Додаток 1. 153
Додаток 2. 156
Додаток 3. 161
Додаток 4. 165
Додаток 5. 166
Додаток 6. 167
Додаток 7. 168

Додаток 8. 169
Додаток 9. 171
Додаток 10. 175
Додаток 11. 176

Вступ

Воля є однією з найважливіших якостей особистості людини. Навряд чи знайдеться людина, яка би не прагнула виховати цю рису у своїх дітей. Саме ця якість робить людину вільним і свідомим суб'єктом власної життєдіяльності. Саме воля дозволяє ставити цілі і досягати свого. Можна сказати, що становлення волі є магістральною лінією розвитку особистості дитини.

У цьому солідарні практично всі класики вітчизняної психології. Так, згідно з Л. С. Виготським, особистість охоплює єдність поведінки, яка відрізняється ознакою оволодіння, і відповідно розвиток особистості є становлення здатності володіти собою і своїми психічними процесами. Д. Б. Ельконін неодноразово вказував на те, що формування особистісної поведінки - це виникнення довільних дій і вчинків. А. Н. Леонтьєв вважав, що формування волі і довільності має кардинальне, вирішальне значення для розвитку особистості дитини[36]. Л. І. Божович також підкреслювала, що проблема волі і довільності є центральною для психології особистості і її формування[3].

Не дивлячись на всі дослідження в цій області, очевидна наукова нерозробленість цієї проблеми, що відбивається на практиці виховання дітей. Більшість наявних на сьогоднішній день методичних рекомендацій обмежуються лише порадами: виховувати волю і цілеспрямованість, вчити володіти собою, стримувати безпосередні бажання, формувати здатність долати перешкоди і т. д. Але ці поради не дають конкретних прийомів формування волі дитини. В результаті виховна робота, спрямована на розвиток волі, зводиться до таких же закликів або навіть вимог, адресованим вже дітям: не боятися труднощів, доводити справу до кінця, стримувати свої бажання і т. д.

Очевидно, що навіть при самих благих намірах вихователів та вчителів, але без розуміння психологічних основ формування волі, послідовна реалізація

цих вимог не тільки не виховує, а й пригнічує волю дитини. В силу цього розробка науково обґрунтованих методів і методик формування волі, починаючи з раннього дитинства, є надзвичайно важливою.

Плутанина в поняттях, пов'язана з визначенням волі, чітко спостерігається і у ряду авторів: з одного боку, воля не зводиться тільки до вольового зусилля, а з іншого боку, вона не збігається і з довільною дією.

Зведення волі як єдиного цілісного психологічного механізму тільки до вольової регуляції, тобто до регуляції з подолання перешкод, неправомірно і по суті. Наприклад, А. Ц. Пуні (1973) говорить про поліфункціональність волі, маючи на увазі не просто виконання волею різних завдань на різних етапах довільної дії, а, швидше за різноманітні вольові якості, конкретні прояви яких відповідають різним функціям, виконаними волею в процесі саморегуляції людиною своєї поведінки, своїх дій.

Крім того, ще І. М. Сєченов зазначав, що воля (як механізм подолання перешкод) просто так, без ідеї, без якогось сенсу виявлятися не буде. Вольової регуляції і пов'язаним з нею вольовим якостям потрібно керівництво, для чого і служить підстава дії, вчинку, тобто мотив. Наявність же мотиву відображає свідомий і навмисний характер регуляції, званої довільною. Звідси випливає, що відривати вольову регуляцію від довільної можна.

Зрозуміти що таке воля, можна тільки в тому випадку, якщо вдасться звести воєдино крайні точки зору, кожна з яких абсолютизує одну зі згаданих сторін волі: мотивацію, прийняту за волю, в одному випадку, або спрямоване на подолання труднощів вольове зусилля, до якого зводиться воля, в іншому випадку. Різні підходи до розуміння сутності волі відображають різні її боки, відображають різні її функції і зовсім не суперечать одине одному. Справді, воля, з одного боку, пов'язана зі свідомою цілеспрямованістю людини, з предметністю її вчинків і дій, тобто з мотивацією. З іншого боку, найбільш яскравий прояв волі спостерігається при подоланні труднощів, звідси і виникає

думка, що воля потрібна тільки для цих випадків. Насправді ж вольове (або, іншими словами, довільне) управління включає і те й інше.

Тому розуміння феномену волі можливе тільки на основі синтезу різних теорій, на основі врахування поліфункціональності волі як психологічного механізму, що дозволяє людині свідомо керувати своєю поведінкою.

У сучасній психології терміном воля зазвичай позначається та сторона психічної діяльності людини, яка отримує своє вираження в свідомої цілеспрямованості і навмисності дій, що вимагають застосування внутрішніх зусиль.

Вольові якості - це конкретні прояви волі особистості. До складу вольових якостей входять цілеспрямованість, наполегливість, мотивація, завзятість, рішучість, сміливість, ініціативність, самостійність, витримка, самоконтроль. Сукупність вольових якостей - це рухома система, ланки якої можуть по - різному співвідноситися, зв'язуватися між собою. Система вольових якостей характеризує в цілому волю даної людини. Таким чином воля - це те, на що спирається особистість, це стрижень, на який «нанизуються» інші функції. Положення волі є важливим всюди, так як в будь - якій сфері людина проявляє себе цією функцією. В особистих або робочих відносинах, у взаємодії з людьми або на самоті, у будь - якій діяльності - воля не може не бути задіяна, незалежно від віку та статі.

У зв'язку з актуальністю даного питання була визначена тема курсової роботи: «Мотиваційно-вольові властивості особистості як фактор успішності діяльності».

Об’єкт дослідження: мотиваційно-вольові властивості особистості.

Предмет дослідження: особливості розвитку мотиваційно-вольових властивостей особистості.

Мета роботи: вивчити розвиток мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактор успішності діяльності.

Завдання дослідження:

1. Вивчити положення проблеми в педагогічній та психологічній літературі і теоретично обґрунтувати проблему.
2. Вибрати і описати методики дослідження.
3. Організувати і провести емпіричне дослідження.
4. Розробити рекомендації для психолога та вчителів.

Методи дослідження. У дослідженні проведені констатуючий і формуючий експерименти, діагностика.

Використані: метод спостереження, бесіди, спеціальні методики:

Експериментальна база. Дослідження проведене у Черкаській спеціалізованій школі №20, м. Черкаси. У дослідженні приймали участь 20 учнів. В експериментальній групі 10 учнів, в контрольній 10 учнів.

Практична значимість визначається тим, що дослідження проведено в конкретних умовах середньоосвітньої установи та на його основі розроблені рекомендації для педагогів, методистів та психологів.

Методологічною основою дослідження є провідні принципи вітчизняної психології за дослідженням особливостей розвитку мотиваційно - вольових властивостей особистості з досліджень особливостей сприйняття як психічного процесу таких вчених, як

Такими принципами є:

- принцип детермінізму;
- принцип розвитку;
- принцип системності;
- принцип об'єктивності.

Розділ 1. Теоретичний аналіз сутності волі та її особливостей.

1. 1. Визначення поняття «воля», її природа та формування

Воля - свідома цілеспрямована активність людини, що припускає подолання зовнішніх і внутрішніх перешкод на шляху до досягнення поставленої мети. Виникнувши історично в процесі праці і суспільної діяльності, воля виступає діяльною стороною розуму і моральних почуттів. Вона тісно пов'язана з характером людини і грає важливу роль в процесі пізнання і перетворення їм природи, суспільства і самого себе [9].

Воля є психічною функцією, яка буквально пронизує всі сторони життя людини[23; 24]. У змісті вольового дії зазвичай виділяються три основні ознаки:

- Воля забезпечує цілеспрямованість і впорядкованість людської діяльності. По визначенню С. Р. Рубінштейна, «Вольова дія - це свідома, цілеспрямована дія, за допомогою якого людина здійснює поставлену перед ним ціль, підкоряючи свої імпульси свідомому контролю і змінюючи навколишню дійсність у відповідності зі своїм задумом» [52].
- Воля як здатність людини до саморегуляції робить її відносно вільною від зовнішніх обставин, по - справжньому перетворює її в активний суб'єкт.
- Воля - це свідоме подолання людиною труднощів на шляху до поставленої мети. Стикаючись з перешкодами, людина або відмовляється від дії в обраному напрямку, або збільшує зусилля, щоб подолати виниклі труднощі.

Усі волові процеси виконують три основні функції:

- ініціюючу, або спонукальну, що забезпечує початок тієї чи іншої дії в цілях подолання виникаючих перешкод;
- стабілізуючу, пов'язану з вольовими зусиллями по підтримці активності на належному рівні при виникненні зовнішніх і внутрішніх перешкод;

- гальмівну, яка полягає в тому, щоб стримувати інші, часто сильні бажання, які не узгоджуються з головними цілями діяльності.

Волю можливо охарактеризувати як прояв психічної активності по досягненню поставленої мети. Воля здійснює свідоме регулювання поведінки в умовах постійного балансу між інтересами людини (її життєвими цілями) і обмеженнями, що накладаються інтелектуальними прогнозами наслідків даної діяльності, а також моральними, соціальними нормами[22]. Можна сказати, що воля - це інструмент, який використовується мотиваціями вищого порядку, в процесі інтелектуального планування і реалізації життєвих цілей людини.

Воля бере участь в регуляції практично всіх основних психічних функцій - відчуттів, сприйняття, уяви, пам'яті, мислення й мови. Розвиток цих процесів від нижчих до вищих вказує на придбання людиною вольового контролю над ними[46].

Завданням волі є управління поведінкою людини, свідома саморегуляція її активності, особливо в тих випадках, коли виникають перешкоди для нормального життя.

Головна психологічна функція волі - посилення мотивації і вдосконалення на цій основі свідомої регуляції дій. Реальним механізмом породження додаткового спонукання до дії виступає свідома зміна змісту дії виконоаної людиною[65].

Сенс дії зазвичай пов'язаний з боротьбою мотивів і змінюється за допомогою навмисних розумових зусиль. Необхідність в вольовій дії виникає тоді, коли на шляху здійснення мотивованої діяльності з'являються перешкоди. Вольовий акт пов'язаний з його подоланням, однак попередньо потрібно усвідомити, осмислити суть виниклої проблеми.

Можна виділити наступні етапи формування волі, або вольових актів:

- усвідомлення конкретної потреби;
- усвідомлення можливостей задоволення певної потреби;
- прояв мотивів діяльності (мотив - це спонукальна сила);
- боротьба мотивів діяльності на шляху вибору рішень;

- вибір конкретного рішення;
- визначення плану реалізації обраного рішення, що включає перелік методів, засобів і способів;
- виконання і контроль певної діяльності;
- оцінка отриманих результатів діяльності.

При вольовій регуляції поведінки, породженої актуальними потребами, між цими потребами і свідомістю людини складаються особливі відносини. С. Л. Рубінштейн охарактеризував їх так: воля у власному розумінні виникає тоді, коли людина виявляється здатною до рефлексії своїх потягів, щоб вміти піднятися над своїми потягами і, відволікаючись від них, усвідомити самого себе як суб'єкта і зробити вибір між ними[52]. Розвиток вольової регуляції поведінки у людини здійснюється в наступних напрямках:

- перетворення мимовільних психічних процесів у довільні;
- набуття людиною контролю над своєю поведінкою;
- вироблення вольових якостей особистості.

У кожному з цих напрямків розвитку волі в міру її зміцнення відбуваються свої специфічні перетворення, поступово піднімають процес і механізми вольової регуляції на більш високий рівень. Наприклад, всередині пізнавальних процесів воля спочатку виступає у формі зовніречової регуляції, а потім - в плані внутрішньомовного процесу. У поведінковому аспекті вольове управління спочатку стосується довільних рухів окремих частин тіла, а згодом - планування і управління складними комплексами рухів, включаючи гальмування одних комплексів м'язів і активізацію інших. В області формування вольових якостей особистості розвиток волі можна уявити як рух від первинних вольових якостей до вторинних і далі до третинних.

Вироблення вольових якостей проявляється в тому, що людина свідомо ставить перед собою все більш складні завдання і переслідує все більш віддалені цілі, що вимагають додатки значних вольових зусиль протягом досить тривалого часу[34].

Виходячи з цього вольовий акт завжди включає в себе боротьбу

різноспрямованих мотивацій, інтелектуальну оцінку цих мотивацій з точки зору їх відповідності моральним і соціальним нормам. Вольові сигнали, взагалі кажучи, можуть гальмувати поведінку, «рекомендоване» позитивними емоціями, наприклад, якщо це поведінка суперечить моральним і соціальним нормам і цінностям, хоча і приємно для суб'єкта, так як задовольняє деякі мотивації. Типовий приклад - боротьба людини з шкідливими звичками - від тютюнопаління до вживання наркотиків і алкоголю і т. п.

Вольові акти проявляються при здійсненні поведінки, пов'язаної з подоланням негативних емоцій у випадках відчуття болю, втоми, реальної небезпеки для життя. Інтелектуально сформовані цілі вимагають від людини дій, неминуче тягнуть негативні емоції, в таких ситуаціях, як необхідність перенесення операції або неприємного лікування, спілкування з неприємним партнером і т. д. Вольовий акт при цьому є інструментом мислення, що дозволяє свідомо подолати бар'єр негативних емоцій.

Воля поряд з іншими сторонами психіки має матеріальну основу у вигляді нервових мозкових процесів.

Матеріальною основою волі є нервові структури, що направляють і підтримують цілеспрямованість вольової дії. При ураженні лобових часток мозку, зокрема так званих префронтальних ділянок кори, настає апраксія, що виявляється в порушенні довільної регуляції рухів і дій, які не підкоряються заданою програмою, і, отже, унеможливлюють здійснення вольового акту. Людина з таким ураженням мозку, почавши виконувати будь - яку дію, відразу припиняє або змінює її в результаті якого - небудь випадкового впливу.

Особливе значення у виконанні вольової дії має друга сигнальна система, що здійснює всю свідому регуляцію людської поведінки. Друга сигнальна система активізує не тільки моторну частину поведінки людини, вона є пусковим сигналом для багатьох психічних процесів: мислення, уяви, пам'яті, регулює увагу, викликає почуття. І. Павлов підкреслював, що довільність рухів є результат сумарної роботи всієї кори головного мозку[46].

Рефлекторна природа вольової регуляції поведінки передбачає створення

в корі мозку вогнища оптимальної збудливості, який виступає в якості носія мети дії. Існуючий в корі вогнище оптимальної збудливості потребує постійного енергетичного підживлення. Завдання енергетичного постачання кори виконує ретикулярна формація. Людина може проявити велику енергію при виконанні якої - небудь справи, завзято прагнути до досягнення мети саме завдяки тому, що ретикулярна формація підтримує своєю енергією вогнище оптимальної збудливості.

Таким чином, вольова поведінка є результатом взаємодії багатьох вельми складних фізіологічних процесів мозку з впливами зовнішнього середовища[41].

1. 2. Психофізіологічна основа простих і складних дій. Роль мотиву та мети у вольових діях.

Всі вольові дії підрозділяються на прості і складні.

Прості вольові дії складаються з трьох структурних елементів:

1) мотив, поєднаний з метою;

2) виконання дії;

3) оцінка результату.

Прості дії зазвичай не пов'язані зі значними вольовими зусиллями і реалізуються у формі навичок.

У кожній простій дії розрізняються сенсорний, центральний, моторний і контрольно - корегуючий компоненти. Ви здалеку побачили, як наближається транспорт і звільнили йому дорогу. У цьому русі можна виділити всі чотири компонента. Сприйняття транспорту - сенсорний компонент; думка про те, що небезпечно стояти близько біля проїжджої частини дороги, - центральний розумовий; безпосереднє пересування - моторний, руховий; посвідчення в тому, що ви пересунулися в безпечну зону - контрольний[5; 25].

У різних рухах той чи інший з перших трьох компонентів провідного значення. Наприклад, при стартовому ривку біатлоніста домінує моторний компонент, при стрільбі по мішені, коли успіх дії залежить головним чином від

зорової роботи, - сенсорний. При грі в шахи або під час запису формули на дошці, не дивлячись на наявність сенсорного і рухового компонентів, провідним є центральний, розумовий компонент.

У багатьох рухах провідними є сенсорний і моторний компоненти. Ці рухи називаються сенсомоторної реакції. Вони характеризуються координаційно - якісними і тимчасовими параметрами. Швидкість, з якою людина може реагувати на подразник, називається часом реакції. Час реакції залежить[22]:

- від модальності стимулу;
- інтенсивності подразника (збільшення інтенсивності подразника до певної межі скорочує час реакції);
- тренованості індивіда;
- його установки на вчинення даної дії;
- діючих органів тіла (права рука і нога реагують на стимул швидше, ніж ліва).

Рухові реакції поділяються на прості і складні. Проста реакція - відповідь на одиночний стимул однією певною дією (наприклад, натискання на кнопку у відповідь на червоне світло). Час простої сенсомоторної реакції в середньому дорівнює 0, 2 сек. Складна реакція відбувається при необхідності прийняття рішень (наприклад, при червоному світлі - натиснути на кнопку, а при зеленому - перемкнути тумблер).

При аналізі дій, пов'язаних з використанням техніки, необхідно враховувати психофізіологічні можливості людини, що взаємодіє з технікою, - оператора.

Час складних сенсомоторних реакцій в кілька разів перевищує час простих реакцій; він розраховується за наступною формулою:

Час реакції (Мс) = 270 * N * (N + 1), де n - число можливих альтернатив.

Всі пристрої відображення інформації і управління повинні відповідати

ряду ергономічних вимог, передбачених відповідними ГОСТами.

Прилади й сигнальні елементи повинні бути згруповані по роду їх діяльності або стосовно окремих керованим агрегатам, найбільш значущі елементи повинні бути виділені розміром, формою і кольором.

Сприймаючи і переробляючи інформацію, оператор витрачає на це час. Наведемо деякі дані:

- виявлення сигналу - 0, 1 сек;
- фіксація предмета очима - 0, 28 сек;
- впізнання простого сигналу - 0, 4 сек;
- зчитування показання стрілочного приладу - 1 сек;
- сприйняття цифри або транспаранта - 0, 2 сек;
- сприйняття семизначного числа - 1, 2 сек.

Час реакції на подразники різної модальності різні. Найкоротший час реакції виходить у відповідь на слухові подразники, більш тривалі - на світлові, найдовше - на нюхові і тактильні. При критичних перевантаженнях світлові сигнали повинні бути замінені акустичними.

При управлінні технікою крім часу реакції необхідно також враховувати час руху органів людського тіла і час взаємодії оператора з органами управління.

Наведемо дані про час руху різних органів людського тіла.

Характеристика рухів - Час виконання (сек):

- Рух пальцями 0, 17;
- Рух долонею 0, 33;
- Натискання рукою, ногою на педаль 0, 72;
- Згинання та розгинання ноги 1, 33;
- Згинання та розгинання рук 0, 72.

Отже, психофізіологічні виконавські можливості людини мають ряд обмежень[30; 32].

На більш високих, інтелектуальних рівнях діяльності оператора

виникають ще більш складні психологічні проблеми. пов'язані з закономірностями пам'яті, мислення і прийняття рішень[43].

Основні характеристики пам'яті оператора:

1) обсяг інформації, що запам'ятовується;

2) швидкість запам'ятовування;

3) тривалість збереження;

4) повнота і точність відтворення;

5) готовність до відтворення.

Особливо інтенсивно завантажується оперативна пам'ять оператора (збереження поточної швидко змінюваної інформації). Середній обсяг оперативної пам'яті становить 7 ± 2 символи.

Людина може стійко запам'ятати дані, що змінюються не більше ніж двох одночасних процесів.

Основні функції оперативного мислення: прийняття рішень, планування дій, рішення оперативних завдань. В ході оперативного мислення оператор переводить образи сприйнятих сигналів в динамічний образ - моделює стан керованого об'єкта. При непередбачених відхиленнях керованого об'єкта від нормального режиму функціонування, коли звичні способи регулювання непридатні для приведення системи в необхідний стан, виникає необхідність швидкого вирішення оперативних нестандартних завдань. Для цього потрібно вичленення типових ситуацій в даній технічній системі і встановлення адекватного даній ситуації порядку дій.

Найбільші труднощі виникають, коли ситуація набуває критичного, нештатного характеру.

У операторів технічних систем повинні бути сформовані критерії «ступеня загрози» при оцінці різних типів конфліктних ситуацій. Великі психічні навантаження пов'язані і з ситуаціями, коли виконавські дії відбуваються в умовах із затримкою зворотного зв'язку, коли про результати дії оператор дізнається через тривалий проміжок часу (управління великотоннажними кораблями, маніпулювання радіоактивними елементами).

Важкі завдання вирішує і організатор технологічних і управлінських процесів. Іноді і тут виникають ситуації, що перевершують можливості сприйняття, пам'яті і мислення[43].

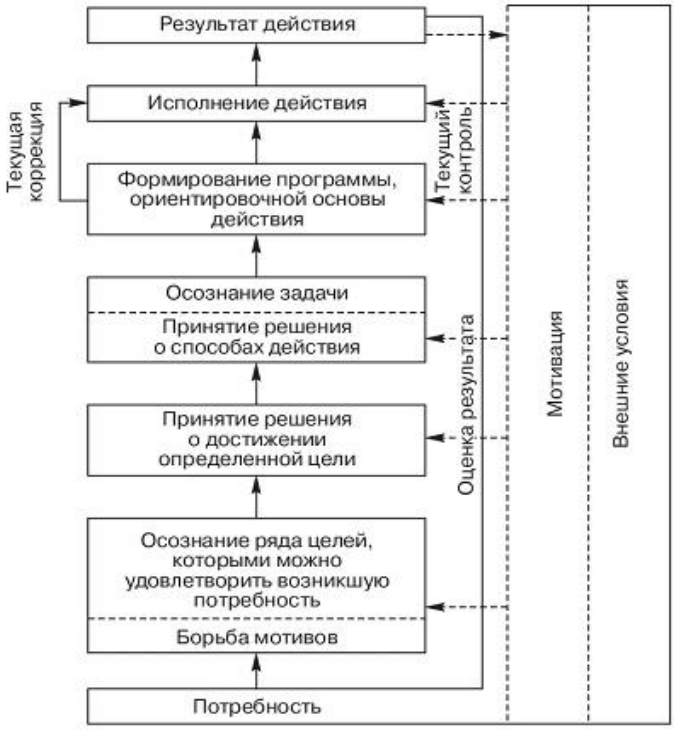
Розглянуті вище дії мають просту структуру. Вони, як правило, відбуваються стереотипно.

Більш розгорнуту структуру мають складні вольові дії (рис. 1). В їх структурі істотні стадії формування мети, предрішення, моделювання значимих умов діяльності, програмування виконавчих дій, обробка поточної інформації про досягаються проміжні результати, поточна корекція дій і оцінка підсумкового результату[54].

Розглянемо докладніше етапи складної вольової дії.

Усвідомлення можливостей задоволення актуалізованих потреб, боротьба мотивів (стадія передрішення).

Кожна потреба допускає різні можливості її задоволення. Процес вибору однієї з цих можливостей - процес формування мети дії.



Мал. 1. Структура складного вольової дії[6].

У складних умовах поведінки цей вибір нерідко супроводжується зіткненням суперечливих спонукань - боротьбою мотивів. Боротьба мотивів

може бути короткочасною і дуже тривалою, пов'язаною з великою витратою нервової енергії (іноді дуже болісною). Боротьба мотивів - протиборство різних бажань. Перш ніж бажання перетвориться в ціль діяльності, людина оцінює, обґрунтовує його, зважує всі «за» і «проти». Особливо напружено боротьба мотивів відбувається між бажаннями особистими і соціально значущими, між доводами почуття і розуму. Ця напруженість посилюється, якщо має бути прийняти відповідальне рішення[54].

Бажання розрізняються по їх рівню, тобто за ступенем соціальної значущості та емоційної силі. Так, відомий герой М. Е. Салтикова - Щедріна не міг визначити, чого йому більше хочеться - конституції або севрюжини з хріном. У цьому гротеску тонко помічена несумісність бажань різного рівня.

Якщо з двох бажань одного рівня одне стає сильнішим, то боротьби мотивів не відбувається. Сумніви і коливання виникають при виборі одного з варіантів в ряду однаково сильних бажань. Вольове зусилля тут проявляється в здатності людини керуватися своїми принципами, життєвими позиціями, в подоланні емоцій заради досягнення значимої мети.

У діяльності різних людей не завжди має місце протиборство мотивів. Часто люди керуються певними постійно домінуючими мотивами. Якщо ці мотиви соціально цінні, то поведінка людини соціально адаптованою, тобто пристосованою до вимог соціального середовища. Але деякі люди керуються мотивами, що не враховують вимог середовища, і їх поведінка стає соціально неадаптованою.

Побудниками поведінкової активності є потреби. Однак самі потреби і бажання людини виникають, як правило, з урахуванням можливостей їх реалізації. Поточна ситуація сама по собі може формувати ситуативні Мотиви - Мотиви - стимули[15; 23; 24].

Поведінка людини спрямовується складною системою факторів. комплексом мотивів. Так, у трудовій діяльності проявляється ієрархія мотивів: вигоди, задоволеності, зручності. престижності, безпеки та ін. Від загальної спрямованості особистості буде залежати те, на якому місці опиниться той чи

інший із зазначених мотивів, яка сила відповідного мотиву[17].

Крім ціннісних критеріїв особистості на силу мотиву можуть впливати ясність, яскравість, емоційність і доступність мети, наявні навички її досягнення, умови, що сприяють її досягненню. Сила мотиву, в свою чергу, впливає на характер скоєного дії, наприклад може притупити увагу до перешкод і обмежень. Прагнучи досягти бажаної мети, люди нерідко нехтують небезпеками, йдуть на невиправданий ризик, переоцінюють імовірність бажаних подій і недооцінюють ймовірність небажаних наслідків. Можна виділити дві загальні стратегам поведінки людей: спрямованість до успіху або до уникнення невдачі. Все, що суперечить сформованій мотивації, викликає почуття дискомфорту - когнітивний дисонанс. Власна позиція людині зазвичай здається більш правильною і справедливою, ніж позиції інших людей. Щоб реалізувати свою установку, люди часто висувають захисні мотиви, іноді і не відповідають реальним умовам. Мотив - суб'єктивне обґрунтування сенсу конкретного ціледосягнення[26].

Але мотив не завжди точно відображає у свідомості те, що дійсно спонукало людину до дії. Іноді спеціальне спонукання людини до усвідомлення мотиву власної поведінки призводить її до критичної оцінки свого вчинку і зміни поведінки.

Отже, вихідними факторами діяльності є потреби, установки, життєві позиції людини, на основі яких формуються відповідні мотиви діяльності. Можлива боротьба мотивів завершується прийняттям рішення.

Ухвалення рішення - вибір з ряду можливих цілей такої, яка оцінюється як найоптимальніша в даних умовах для даної особистості.

Ухвалення рішення - вибір варіанту поведінки в ситуації невизначеності. Вибір може бути транзитивним - обґрунтованим, оптимальним, враховує умови розвитку подій, і нетранзитивним - неоптимальним, коли не аналізуються реальні можливості, варіанти розвитку подій.

Дії, що відбуваються без обґрунтованого розрахунку, без урахування

можливостей реалізації планів, пов'язані з низьким інтелектуальним рівнем суб'єкта, обмеженістю його оперативної та довготривалої пам'яті, істотними дефектами в мотиваційно - регуляційній сфері[21].

Відрізняються такі типи прийняття рішень:

- імпульсивні рішення (процеси побудови гіпотез явно переважають над процесами контролю);
- рішення з ризиком;
- врівноважені;
- обережні;
- інертні (контрольні процеси різко переважають над процесами побудови гіпотез, що протікають невпевнено і повільно).

Людям з високим рівнем розвитку інтелекту властива перевага врівноважених типів рішень і обмеження крайніх типів (імпульсивного і інертного), в екстремальних умовах вони найбільш ефективно поєднують ризик з обачністю. Люди неврівноважені воліють імпульсивні рішення, а люди інертні - обережні, затягнуті рішення.

Приймаючи рішення, людина прагне до максимального успіху при мінімальних втратах. Але різні люди по - різному оцінюють вигоди і втрати. Так, ризикуючи в якійсь справі пошкодити репутації, одна людина беззастережно відхиляє таку дію, інша коливається, третя не надає цьому ризику значення.

Оперуючи вихідними даними в процесі прийняття рішення, людина завантажує свою оперативну пам'ять, обсяг якої дуже обмежений. Багато людей схильні полегшувати напругу, пов'язану з прийняттям рішень, спрощуючи взаємозв'язку між вихідними даними, обмежуючи необхідність зіставлення. Люди нерідко ігнорують взаємозв'язку між вихідними даними, не прогнозують можливий розвиток подій.

Нерідко доводиться приймати рішення в умовах невизначеності, передбачати розвиток подій. Визначення ймовірності тієї чи іншої події, тобто

відносної частоти її появи, служить основою прийняття рішення в ситуації ризику.

Оцінка ймовірності події (якщо вона не розраховується математичними методами) має суб'єктивний характер. Зазвичай люди розраховують на типові обставини, враховують тільки ті події, які яскраво відображені в їх пам'яті.

Люди схильні переоцінювати ймовірність малоймовірних подій (наприклад, ймовірність виграшу в лотереї) і недооцінювати події з високою ймовірністю (наприклад, невідворотність покарання за злочин). Часто помилково вважають, що очікувані подій, які не наступали тривалий час, повинні настати найближчим часом[4].

Суб'єктивні оцінки дуже стійкі, а роль інтуїції зазвичай переоцінюється. Покладаючись на інтуїцію, люди часто приймають помилкові рішення. Приймаючи рішення, люди прагнуть знайти йому відповідне виправдання, переконують себе в його правильності, перебільшують гідності обраного варіанту дій і применшують його недоліки.

Не існує еталонних рішень, правильних для всіх випадків життя. Правильність того чи іншого рішення залежить від принципів, на основі яких воно приймалося, об'єктивної значущості чинників, що враховуються, їх корисності в даній ситуації, для даної особистості і суспільства (рис. 2).

Ухвалення рішення зазвичай супроводжується суб'єктивним відчуттям деякого полегшення (так як при цьому знімається напруга, характерне для боротьби мотивів), позитивним емоційним переживанням, яке активізує діяльність. Ухвалення рішення завершується остаточним формуванням мети дії.

Мета дії - це психічна модель її майбутнього результату, яка в подальшому і виступає системоутворюючим фактором організації всіх засобів її досягнення.

Мета визначає значимість всього того, що має до неї те чи інше відношення, організовує поле свідомої сфери суб'єкта. Наші цілі підпорядковують собі і наше сприйняття, і наше мислення, і нашу пам'ять.

Лише у ставленні до наших цілей певним чином впливати набуває інформаційний характер[1].

Цілеобразування і ціледосягнення - основна сфера свідомої діяльності людини. Благо, як говорив ще Аристотель, досягається двома обставинами - правильним визначенням цілей і баченням засобів їх досягнення.

Основні цілі життя визначають головний зміст життєдіяльності людини, її особистісні смисли і цінності.

Задовольніть всі бажання людини, говорив К. Д. Ушинський, але відніміть у неї мету в житті і ви побачите, якою нещасною і нікчемною істотою стане вона. Мета в житті - серцевина людської гідності і щастя.

Мал. 2. Детермінація поведінкових рішень[6].

Основні цілі людини визначаються суспільними факторами, тими соціальними силами, які визначають її розвиток. Однак ці фактори впливають на особистість опосередковано, через активну життєдіяльність самої особистості.

Спрямованість дії на значущу для даного індивіда мету, досягнення якої пов'язане з можливістю неуспіху, небезпечними наслідками, називається ризиком. У поведінці людей проявляються як боязнь ризику, щоб уникнути його, так і підвищена схильність до ризику.

Слідом за висуненням мети діяльності усвідомлюються її завдання, детально плануються можливі шляхи і засоби її досягнення. Діяльність людини

протікає в певних умовах і залежить від них. Співвіднесення мети діяльності з даними умовами і є усвідомлення завдань діяльності[29].

Умови діяльності можуть бути спеціально заданими (наприклад, в математичній задачі), але в більшості випадків повинні бути виявлені в результаті дослідження вихідної ситуації. Вибір способів дії також пов'язаний з більш - менш значною боротьбою мотивів, оскільки одні способи можуть бути доступними, але такими, що суперечать моральним нормам, інші - соціально схваленими, але особисто неприйнятними.

Отже, співвідносячи мету діяльності з умовами, людина знову приймає відповідне рішення про досягнення мети сукупністю конкретних дій, а потім формує програму їх реалізації.

Вже при виборі мети дії зазвичай намічаються засоби її досягнення, але після остаточного прийняття рішення про способи досягнення мети в даних умовах формуються розгорнута програма дії, внутрішній план дії, його орієнтовна основа.

Орієнтовна основа дії - система уявлень про критерії ефективності даної дії. Людина діє в залежності від того, на базі яких знань вона орієнтується в даних умовах, які зв'язки і відносини речей враховує.

Перш ніж здійснити фізичну дію з матеріальним об'єктом, людина робить ці дії в розумі з ідеальними образами речей. Будь - яка дія виконується в результаті знання принципу дії, встановлення зв'язку між метою та способами се досягнення. Це знання регулює, орієнтує дію; формуючи орієнтовну основу дії, людина перетворює в розумі вихідні умови в систему, необхідну для досягнення мети.

Дії виконуються певним способом - системою операцій, узагальнених дій. У трудових процесах способи дії певною мірою зумовлюються знаряддями праці, правилами їх застосування (молоток - для впровадження одного об'єкта в інший, кліщі - для вилучення об'єкта і т п.). Але в залежності від рівня свого психічного розвитку, досвіду, знань та інших індивідуальних особливостей кожна людина здійснює діяльність характерними для неї

способами. Способи дії людей відрізняються кількістю проміжних операцій, об'єднання окремих операцій, точністю і швидкістю дії[36].

Фізичні дії - рухи - мають певні механічні характеристики: траєкторію, швидкість або темп (швидкість повторюваності циклів) і силу. У багатьох випадках успіх діяльності залежить від часу реакцій (швидкості відповіді на зовнішній сигнал). Так, від швидкості реакції на сигнали небезпеки залежить безпека дорожнього руху, від швидкості реакції воротаря - результат хокейного матчу, від швидкості реакції оператора пульта управління - безаварійність роботи.

Час реакції залежить від готовності реагувати на відповідний сигнал, типу нервової системи, віку і статі людини, її психічного стану. Час реакції значно збільшується в конфліктній і тривожну ситуацію.

Словесно - асоціативна реакція відрізняється за часом від сенсомоторних. Реагувати словом важче, ніж рухом, словесні реакції уповільнені (на 0, 3 - 0, 5 сек).

Зовнішня дія виповнюється системою рухів, які контролюються на основі даних, що надходять у мозок від різних органів почуттів, знаходяться під сенсорним контролем. Фізична дія відбувається завдяки безперервному м'язовому і зоровому контролю та виконання поправочних рухів. Наприклад, з закритими очима дії відбуваються неточно, а якщо надіти на очі призматичні окуляри, то багато дій взагалі неможливо виконати. Корекція дії проводиться на основі аналізу проміжних результатів і змін у зовнішній обстановці. Так, гальмуючи автомобіль натисканням ноги на педаль гальма, водій співвідносить свій рух зі станом дороги, небезпекою ситуації, що склалася, вагою машини, якістю покришок і т. д.

Мета дії визначає ті орієнтири, за якими коригуються дії. Так, виконуючи гальмування з метою забезпечити найбільшу його безпеку, водій буде співвідносити свої дії вже з іншими чуттєвими орієнтирами. Реально одержувані результати всіх операцій постійно зіставляються з раніше заданою динамічною моделлю дії. Неточні дії виправляються в результаті аналізу

причин недосягнення мети. При цьому іноді може виявитися, що сама орієнтовна модель дії була сформована помилково. У даних ситуаціях проявляється рівень критичності мислення особистості[53].

Система прийомів, обумовлена метою, мотивами, умовами дії і психічними особливостями діючої особи, називається способом дії. Він визначається орієнтовними, психічними і сенсорно - моторними особливостями суб'єкта і вказує на міру психічних можливостей індивіда.

У способі дії проявляються психофізіологічні і характерологічні особливості людини, її знання і вміння, навички і звички, нейрофізіологічної основою яких служить динамічний стереотип. Індивідуалізована стереотипність дій дає можливість ідентифікувати особу за способом дії.

Спосіб вчинення дій не можна зводити до автоматизмів рухових навичок. Особливості психомоторики поєднуються в способі з особливостями мислення, пам'яті, життєвим досвідом, загальними здібностями і темпераментом індивіда. Таке складне поєднання різноманітних факторів дає неповторну індивідуалізацію поведінкового акту, яка виявляється, зокрема, в злочині.

Отже, досягнення мети залежить від сили вихідної мотивації, здатності індивіда до мобілізації своїх психофізіологічних можливостей, від аналізу та коригування проміжних результатів. Зазвичай люди прагнуть до найкращого виконання діяльності відповідно до загальноприйнятих стандартів якості[55].

Одні люди будь - що - будь прагнуть досягти успіху, виявляючи велику ініціативу і не боячись ризику невдачі. Інші прагнуть насамперед уникати будь - якої невдачі, ухилятися від таких видів і способів діяльності, які пов'язані з ризиком, необхідністю проявляти ініціативу і нести відповідальність; люди такого психічного складу віддають перевагу стратегії поведінки, яка зводить до мінімуму можливість заподіяння шкоди своєму престижу.

Доцільність поведінки визначається перш за все досягненням результату.

Нейрофізіологічні механізми результату як структурного елементу дії були поставлені в центр уваги академіком П. К. Анохіним. «По суті справи, рефлекс, « рефлекторний акт »і« рефлекторна дія »цікаві тільки досліднику -

фізіологові або психологу. Тварині ж і людині завжди цікаві результати дій ». Біологічні системи постійно працюють на основі зворотного зв'язку, постійно зіставляють досягнутий результат з раніше сформованої метою[58].

Існує, однак, специфіка зворотного зв'язку в регуляції діяльності людини на відміну від поведінки тварин. Вона полягає в тому, що цілі діяльності людини, як правило, не пов'язані з безпосереднім задоволенням біологічних потреб. Досягнутий результат дії не завжди є безпосереднім біологічним підкріпленням, як в поведінкових актах тварин (результативність агресивного акту хижака визначається наявністю їжі в його пащі). Людина ж у більшості випадків оцінює досягнутий результат. Результат діяльності оцінюється не за формальним досягненням мети, а по тому, наскільки він задовольняє відповідну потребу і відповідає мотивами діяльності. Результат діяльності може не збігатися з бажанням та прагненням людини, і тоді відбувається інший поведінковий акт. Мета лише критерій правильності просування діяльності до запланованого результату. Отриманий же результат розглядається з точки зору його відповідності тому спонуканню, яке викликало дію. Тільки ця відповідність є критерієм успішної діяльності. Правильність виконання практичної дії виявляється безпосередньо в його результаті, правильність виконання пізнавальних дій контролюється і оцінюється за допомогою інших контрольних дій. Необхідність зворотного зв'язку в діях тим менше, чим більш високий рівень орієнтовною (теоретичної) основи дії. Дії морального характеру оцінюються з позиції їх відповідності моральним нормам.

Діяльність, що не призводить до успіху, видозмінюється[36]. При збереженні колишнього мотиву змінюються мета і програма діяльності. У наполегливому досягненні необхідного результату і проявляється сутність волі.

Задоволення результатом закріплює образ даного акту поведінки, полегшує його повторення в майбутньому.

Етапи діяльності	Вольові стани
Усвідомлення ряду цілей,	Мотиваційні стану, стан

якими можна задовольнити виниклу потребу	цілепокладання, боротьби мотивів
Ухвалення рішення про досягнення певної мети	Рішучість, цілеспрямованість
Усвідомлення завдань і способів досягнення мети	Принциповість, самостійність
Виконання дії і його поточна корекція	Наполегливість, завзятість, толерантність (терпимість до труднощів), витривалість
Підсумкова оцінка результату дії	критичність

У більшості випадків діяльність людини здійснюється у взаємодії з іншими людьми. У цих умовах провідне значення набуває психологія міжособистісних відносин. Успіх групової діяльності в значній мірі залежить від психологічної сумісності індивідів і їх групової згуртованості.

Систематично здійснюючи соціально значущі і результативні дії, індивід формує у себе систему позитивних особистісних якостей - психіка людини формується в її діяльності.

Свідома регуляція діяльності вимагає системи вольових психічних станів: ініціативності, цілеспрямованості, впевненості, рішучості, наполегливості та ін[40]. Ці вольові стани виявляються в сукупності протягом всієї діяльності. Однак на окремих її етапах певні вольові стани набувають провідне значення. Так, вибір мети пов'язаний насамперед зі станом цілеспрямованості, прийняття рішення - зі станом рішучості, виконання дії - зі станом наполегливості.

1. 3. Вольовий акт та його структура.

Найважливіше місце в проблемі волі займає поняття вольового акту, що має певну структуру і зміст. Найважливіші ланки вольового акту - прийняття рішення і виконання - нерідко викликають особливий емоційний стан, який

описується як вольове зусилля[5].

Вольове зусилля - це форма емоційного стресу, мобілізуючого внутрішні ресурси людини (пам'ять, мислення, уява та ін.), що створюють додаткові мотиви до дії, які відсутні або недостатні, і пережитого як стан значного напруження. Складовими вольового акту є наступні основні етапи:

1) наявність мети дії і її усвідомлення;

2) наявність декількох мотивів і також їх усвідомлення з вибудовуванням певних пріоритетів між мотивами за їх інтенсивності, значимості. В результаті вольового зусилля вдається загальмувати дію одних і гранично посилити дію інших мотивів;

3) «боротьба мотивів» як зіткнення в процесі вибору тої чи іншої дії суперечливих тенденцій, бажань, спонукань. Вона стає тим сильніше, чим вагоміші протиборчі мотиви, ніж рівніші вони між собою за своєю силою та значущістю. Беручи «хронічну форму», боротьба мотивів може породжувати особистісну якість нерішучості; в ситуативному вираженні вона провокує переживання внутрішнього конфлікту;

4) прийняття рішення щодо вибору того чи іншого варіанту поведінки - це свого роду фаза «дозволу» боротьби мотивів. На даному етапі виникає або почуття полегшення, пов'язане з вирішенням ситуації і зняттям напруги (в цьому випадку говорять про «перемогу над собою»), або стан занепокоєння, пов'язаного з невпевненістю в правильності прийнятого рішення;

5) реалізація прийнятого рішення, втілення того чи іншого варіанту дій в своїй поведінці (діяльності).

У більшості випадків прийняття рішення і вольова поведінка в цілому пов'язані з великим внутрішнім напруженням, часто купують стресовий характер.

Вітчизняний класик психології А. Н. Леонтьєв виявляє важливу складову вольового акту[36]. Він вважає, що вольова дія є процес перемоги відкрито соціальних і ідеальних мотивів в індивідуальній системі ієрархії мотивів над об'єктно - предметними. Це означає, що в боротьбі мотивів у досить зрілої

особистості найчастіше перемагають соціальні мотиви, беручи верх над біологічними.

Так, людина може змусити себе з'їсти обід (біологічна дія), якщо він буде знати, що його дружина буде задоволена цією дією (соціальний мотив - відносини з дружиною). Даний ефект Н. Леонтьєв називає «приматом відкрито соціальної мотивації». Те ж саме вірно і по відношенню до «по формі ідеальним» мотивам, які беруть верх над наочними і об'єктно - предметними мотивами, згідно А. Н. Леонтьєву[36].

Людина усвідомлює необхідність діяти та приймати відповідні рішення, але не завжди переходить до їх реалізації. Однією мотивацією цей перехід пояснити не можна. Наприклад, люди, які володіють рівними знаннями і вміннями, які дотримуються близьких переконань і поглядів з різним ступенем рішучості і інтенсивності, приступають до реалізації поставленого перед ними завдання. Або коли при зіткненні з труднощами один з них припиняє діяти, а інший діє з подвоєною силою, ці прояви пов'язують з волею.

Воля - це свідоме регулювання людиною своєї поведінки і діяльності, яке виражається в умінні долати внутрішні та зовнішні труднощі при здійсненні цілеспрямованих дій і вчинків. Воля співвідноситься з усією свідомістю людини як одна з форм відображення дійсності, функцією якої є свідома саморегуляція. В основі цієї саморегуляції лежить взаємодія процесів збудження і гальмування нервової системи.

Вольова поведінка є результатом взаємодії багатьох вельми складних фізіологічних процесів мозку з впливами зовнішнього середовища[17; 21].

Вольові або довільні дії розвиваються на ґрунті мимовільних рухів і дій. Найпростішими з мимовільних рухів є рефлекторні, наприклад, ковтання, чхання, звуження і розширення зіниці, миготіння, відсмикування руки при дотику до гарячого предмету, мимовільний поворот голови в бік на звук і т. п.

Також мимовільний характер носять зазвичай і наші виразні рухи: при здивуванні ми піднімаємо брови, радіючи, починаємо посміхатися і т. п.

Існує специфічна особливість вольової поведінки в переживанні стану "Я

повинен", а не "Я хочу", проте можливий і інший варіант, такий як збіг вольової і імпульсивної поведінки "Я хочу виконати свій обов'язок".

Антиподом мимовільних є свідомі дії, більш характерні для поведінки людини, які спрямовані на досягнення поставленої мети. Саме свідома цілеспрямованість дій характеризує вольову поведінку. Вони є за своєю структурою досить складними, тому що не всяка мета може бути досягнута відразу. Вольові дії можуть включати в себе окремі ланки і руху, які в ході отримання досвіду автоматизувались і втратили свою актуальність, тобто спочатку свідомий характер.

Деякі вольові дії носять складний характер і можуть виконуватися протягом тривалого часу. Так, мореплавці, які вирішили відправиться в навколосвітню подорож, починають свою підготовку задовго до подорожі. Сюди включаються і тренування, і огляд амуніції, і вибір маршруту і т. д. Але головні труднощі виникнуть потім, коли вони почнуть свою подорож.

Найважливішою ознакою вольової поведінки вважається подолання перешкод, внутрішніх і зовнішніх. Внутрішні перешкоди обумовлені поведінкою людини і можуть бути викликані втомою, страхом, бажанням розважитися, соромом, інертністю, і просто лінню. Здійснення кожного конкретного виду діяльності і, перш за все, трудової, спрямованої на перетворення навколишнього світу, вимагає від людини виконання складної системи навмисних, довільних дій[30].

Довільними називаються дії, які виконуються на основі усвідомлених цілей і уявлення шляхів їх досягнення. Наприклад, щоб отримати професію, молодій людині потрібно вступити в певний вуз, повністю виконати всі навчальні програми, прочитати і засвоїти велику кількість спеціальних джерел, здати необхідну кількість заліків та іспитів.

Кінцева мета - отримати спеціальність - може бути привабливою, але для її досягнення доведеться виконувати дії, більшість з яких виступають для людини як важкі, небажані або неприємні. У той же час у неї виникають актуальні потреби і мотиви, бажання і прагнення, які безпосередньо не

пов'язані з цією метою, але в даний момент є найбільш привабливими - читання, спорт, відпочинок та багато іншого, від чого швидко і легко можна отримати задоволення.

Знадобиться робити вибір між тим, що хочеться, і тим, що необхідно, розв'язувати внутрішньоособистісний конфлікт. Дії, які здійснюються на основі свідомих цілей, але при цьому відбуваються в умовах конфлікту, в умовах подолання внутрішніх або зовнішніх перешкод, називаються вольовими діями. Психологічно такі дії характеризуються формуванням у людини здатності до саморегуляції своєї діяльності і різних психічних процесів.

Цілі, які людина ставить перед собою, різняться по дальності (близькі і далекі), труднощі досягнення, суб'єктивної значущості, ступеня новизни. Чим більш далекою є мета, тим більше число проміжних дій доведеться виконувати в ході її досягнення[1].

Труднощі досягнення мети залежить від кількості і складності перешкод. Суб'єктивна значимість відображає місце мети в системі життєвих цінностей людини і визначає глибину внутрішнього конфлікту при відмові від безпосередніх бажань, тобто чим більш значима мета для людини, тим більше перешкод він долає. У деяких випадках досягнення мети виявляється дорожче життя. Доказом цього можуть служити приклади загибелі бійців під час тортур або смертельні випадки спортивних поєдинків. Нову мету людині не вдасться досягти за допомогою звичних дій, а це вимагає від неї великих зусиль і напруження.

За сумою цих факторів вольові дії поділяються на прості і складні.

Прості вольові дії для людини звичні, а перешкоди легко долаються. "Так не хочеться сьогодні рано вставати, йти на роботу, але . . . я ж вирішив заробляти гроші і я буду все це робити", - міркує людина. У складних вольових діях подолання внутрішніх конфліктів і зовнішніх перешкод вимагає великих зусиль волі. Підготуватися до важкого іспиту, завершити освіту, досягти успіхів у спорті, подолати негативні риси характеру або сформувати в собі бажану якість - це приклади складних вольових дій, які служать основою

трудової, навчальної та інших видів діяльності.

Аналізуючи труди багатьох вчених можна зробити висновок, що виконавчий етап вольової дії має складну структуру. Однак прийняти рішення не означає виконати його. Іноді намір може бути не реалізований і розпочата справа не доводиться до кінця. Сутність вольової дії лежить не в боротьбі мотивів і не в ухваленні рішення, а в його виконанні[9]. Тільки той, хто вміє приводити свої рішення у виконання, може вважатися людиною з досить сильною волею.

У будові вольових дій виділяють кілька етапів:

- виникнення спонукання та попередня постановка мети;
- обговорення і боротьба мотивів;
- прийняття рішення і остаточний вибір мети;
- виконання і досягнення результатів.

Особливість вольових дій полягає в тому, що мета в них, як правило, підпорядкована не одному, а двом - трьом або ще більшій кількості мотивів, різних за змістом, силі і значущості для суб'єкта. Мотиви можуть бути однієї спрямованості або різноспрямованими.

Наприклад, службовцю організації необхідно підготувати будь - який пакет документів. Його цікавить його робота, він має намір отримати високу заробітну плату, і хоче, щоб керівник його особливо виділив. У цьому випадку три різних мотиву - пізнавальний, отримати високу зарплату і престижний - мають загальну спрямованість, так що боротьба між ними не виникає. Під їх впливом формується мета - докладно виконати роботу. Внутрішні конфлікти тут пов'язані з необхідністю виконання важкої дії, з подоланням втоми.

Буде потрібно також багато зусиль для осмислення, засвоєння складного матеріалу і для раціональної організації діяльності. Справа буде інакшою, якщо вихідні мотиви мають різну спрямованість. Так при великому інтересі до своєї роботи людина байдужа до того, яку вона отримає зарплату. Або, наприклад, виникає сильний мотив взагалі поза трудовою діяльністю, припустимо, подивитися цікавий фільм. Людина починає зважувати всі "за" і

"проти", розглядає переваги та негативні сторони того чи іншого вибору.

Цей етап в структурі вольової дії отримав назву обговорення і боротьба мотивів. Чим складніша ситуація, тим більш значущими стають для людини мотиви, тим важче зробити йому вибір.

Ухвалення вольового рішення в значній мірі спирається на переконання суб'єкта, на розуміння їм соціальної значущості свого вибору. Цей процес досить складний, неоднозначний і суперечливий. Вчені, які вивчали природу вольової дії, описали психологічні механізми, що впливають на вибір суб'єктом мети в ситуації боротьби мотивів.

Л. С. Виготський бачив сутність даного процесу в оволодінні людиною своїми діями і психічними процесами, в тому числі і мотивацією. А. Н. Леонтьєв надавав вирішальне значення соціальної мотивації. Він приводив дуже показовий у цьому плані приклад[36]. Чоловік вирішив зробити стрибок з парашутом, але в останній момент відмовився від подібного наміру. Однак на другий день прийшов знову, пояснивши це тим, що йому було соромно зізнатися товаришам у своїй слабкості: він сказав їм, що стрибнув, і тепер вважав себе зобов'язаним зробити це.

Л. І. Божович підкреслювала особливу роль осмислення дії, аналізу своїх спонукань, прогнозування наслідків[3]. В. А. Іванніков підкреслював, що через усвідомлену зміна сенсу власних дій відбувається свідомий вплив на силу спонукання і таким чином, досягається можливість здійснити дію без актуально пережитого мотиву[17; 18].

Л. Фестінгер досліджував ситуації, коли людина, знаючи негативні наслідки конкретного дії, все зупиняла свій вибір на ньому. Такий механізм вибору він назвав когнітивним дисонансом. Наприклад, людина розуміє, що палити шкідливо, але все одно палить. В. І. Селіванов пов'язував вибір мети з мотивом повинності ("я повинен"), який формується в особистості як особлива особистісна якість.

Щоб вольові зусилля надавали позитивний вплив на ефективність діяльності, вона повинна бути правильно організована з урахуванням

адекватної оцінки сил і можливостей суб'єкта, будуватися відповідно до плану або графіку роботи. В іншому випадку людина буде втомлюватися і не завжди зможе домогтися очікуваних результатів.

Збільшенню інтенсивності вольових зусиль сприяють висока активність суб'єкта, високий тонус діяльності, колективна робота. Знижують інтенсивність вольових зусиль і зменшують їх вплив на результативність дій втома, страх перед невдачею, стомлення, зневіра у власних силах. Кінцевий результат вольової дії оцінюється людиною з точки зору її відповідності поставленої мети. На цій підставі він приймає рішення про продовження або завершення діяльності. Виконана вольова дія викликає у людини почуття задоволення.

Сила волі. В рамках індивідуальних відмінностей вольової сфери виділяються параметри, які можу характеризувати як вольову сферу в цілому, так і окремі етапи вольової дії. Зокрема, однією з об'єднавчих характеристик волі є її сила. Сила волі проявляється на всіх етапах вольового акту, але найяскравіше - в тому, які перешкоди подолані за допомогою вольових дій.

Вольове зусилля. Спланована дія не реалізується автоматично: щоб рішення перейшло в дію, необхідно усвідомлене вольове зусилля. В даний час під вольовим зусиллям розуміють форму емоційного стресу, мобілізуючого внутрішні ресурси людини і створює додаткові мотиви до дії по досягненню мети. Вольове зусилля характеризується кількістю енергії, витраченої на виконання цілеспрямованої дії або утримання від небажаних вчинків.

Цілеспрямованість. Узагальненою характеристикою вольової дії є цілеспрямованість. Під цілеспрямованістю розуміють свідому і активну спрямованість особистості на певний результат діяльності. Цілеспрямована людина має ясні особисті цілі і не розмінюється на дрібниці. Такі люди точно знають, чого хочуть, куди йдуть, за що борються.

Ініціативність. Пусковий етап вольової дії багато в чому залежить від таких якостей, як ініціативність, самостійність. Ініціативність зазвичай ґрунтується на великій кількості і яскравості нових ідей, планів, багатій уяві.

Для багатьох людей найважчим є подолання власної інертності, вони не можуть зробити що - небудь самі, без стимуляції ззовні. Самостійність вольового акту проявляється в умінні не піддаватися впливу різних чинників, критично оцінювати поради та пропозиції інших людей, діяти на основі своїх поглядів і переконань.

Витримка. На етапі спонукання вольової дії треба зазначити таку якість волі, як витримка. Витримка дозволяє загальмувати дії, думки, почуття, які неадекватні ситуації. Особливо важко втриматися від імпульсивної поведінки в емоційно напруженій обстановці. По суті справи, витримка - це прояв гальмівної функції волі.

Рішучість. Індивідуальним параметром, що характеризує особливості етапу боротьби мотивів і прийняття рішення, є рішучість - уміння приймати і втілювати в життя швидкі, обґрунтовані і непохитні рішення. Рішучість проявляється у виборі домінуючого мотиву, у виборі правильних дій, у виборі адекватних засобів досягнення мети. Зовні рішучість спостерігається у відсутності коливань і може здаватися, що така людина легко і вільно обирає.

Енергійність. Ще однією важливою характеристикою виконавчого етапу є енергійність і наполегливість. Енергійність - це мобілізація сил на досягнення мети. Однак нерідко енергійність проявляється лише на початкових етапах виконання дії. Тому справді цінною якістю енергійність стає, лише з'єднавшись з наполегливістю. Наполегливість - вміння постійно і тривало переслідувати мету, не знижуючи запала в боротьбі з труднощами. Наполегливий людина не зупиняється перед невдачами, не звертає увагу на закиди або протидії інших людей.

Намір. Власне виконавчий етап рішення зазвичай пов'язаний з тим чи іншим часом - терміном. Якщо виконання рішення відкладається на тривалий термін, то говорять про намір. Так, наприклад, людина, що палить може прийняти рішення (намір) відмовитися від цієї згубної звички з наступного року. Але тільки наміри для виконання вольової дії недостатньо. Як і в будь - якій іншій дії, тут можна виділити етап планування шляхів досягнення

поставленої задачі. Планування являє собою складну розумову діяльність, пошук найбільш раціональних способів і засобів реалізації прийнятого рішення.

Самоконтроль. Істотну роль у виконанні прийнятого рішення грають самоконтроль і самооцінка. У процесі досягнення мети самоконтроль забезпечує панування вищих мотивів над нижчими, загальних принципів - над миттєвими імпульсами, бажаннями. Все - таки в залежності від самооцінки прояв і адекватність контролю істотно змінюється. Наприклад, негативна самооцінка веде до того, що людина буде перебільшувати свої негативні риси і внаслідок цього втратить віру в свої сили і зовсім відмовиться від діяльності. Позитивне ставлення до себе може привести до того, що самоконтроль перетвориться в самозамилування.

Локус контролю. Американським психологом Д. Роттером введено поняття "локус контролю" (від лат. Locus - "місце" і фр. Controle - "перевірка"). Це якість, що характеризує схильність людини приписувати відповідальність за результати своєї діяльності зовнішнім силам і обставинам або ж, навпаки, - власним зусиллям і здібностям. Коли люди приписують причини своєї поведінки і свої діяння зовнішніх чинників (нагоди, долю), говорять про зовнішню, екстернальну локалізацію контролю. Люди з внутрішньою, інтернальною локалізацією контролю, зазвичай, приймають відповідальність за свої вчинки на себе.

Вчинок. Як особливий вид вольових процесів виділяються вчинки людини. Вчинок - це особистісно осмислена поведінка, що оцінюється іншими людьми як акт морального самовизначення. Вчинок може бути здійснений у вигляді дії або, навпаки, бездіяльності суб'єкта, у вигляді зайнятої позиції або відношення до чого-небудь.

Негативізм. Негативізм проявляється у відмові виконувати вимоги, що пред'являються до скоєння дій, навмисно протилежних вимогам інших людей. Такі дії, як правило, позбавлені розумних підстав. Людьми, які проявляють негативізм, керувати так само легко, як і конформістами. Для цього достатньо лише ставити перед ними мету і формулювати вимоги, зворотні того, що в

дійсності треба зробити.

Упертість виражається в прагненні, у що б то не стало вчинити по - своєму. Зовні воно нагадує вольову поведінку, але таким не є, так як здійснюється всупереч розумним доводам та часто на шкоду самому собі.

Сугестивність виражається в зниженні свідомості і критичності при сприйнятті і реалізації навіяного змісту[56].

Конформність полягає в тенденції змінити свою поведінку, оцінку ситуації і можливі дії в ній під впливом інших. Для конформної людини важливо, щоб її поведінка відповідала думкам, оцінками і вимогам оточуючих. Наприклад, деякі молоді люди, вибираючи майбутню професію, вибирають вуз, віддаючи перевагу на користь модної, престижної професії, а не слідують своїм прагненням.

Воля є вищий щабель активності особистості, виступає як необхідна умова навчання, праці та інших складних видів діяльності. У ній проявляється одна з найістотніших здібностей людини - оволодіння власною поведінкою, вибір свого шляху.

1. 4. Поняття потреби, мотиву і мотивації, її індивідуальні особливості.

Аналіз мотиваційної регуляції діяльності людини пов'язується в психології з поняттям потреби. Синонімами "потреби" служать такі слова, як "потреба", "недостача", "необхідність", іноді "інтереси". Потреба - це більш-менш чітке усвідомлення специфічного дефіциту в динаміці інформаційного і матеріального обміну між особистістю (організмом) і середовищем. Голод, спрага, незнання, почуття приниженості, втома, самотність - приклади деяких потреб. Вже з наведеного переліку видно, що переживання потреби (незадоволеності) є негативною емоцією. Життя в значній мірі є процес задоволення потреб. Наявність потреб така ж фундаментальна умова існування суб'єкта, як і обмін речовин. Під мотивацією в широкому сенсі мається на увазі те, заради чого людина виконує ту чи іншу діяльність[15]. Будь-яка діяльність

здійснюється внаслідок будь-якого внутрішнього імпульсу (потреби) і заради деякої зовнішньої по відношенню до неї цінності. Ці відносини і утворюють два полюси реальної мотиваційної системи. Таким чином, мотив - це предмет, на який спрямована діяльність, і відповідний певної людської потребності.

Вважається, що будь-якій людині властивий певний набір базових потреб. Серед цих потреб виділяють потребу в спілкуванні, пізнанні, саморозвитку, досягненні, продовження роду. Г. Мюррей в 20-ті рр. минулого століття виділив первинні (вісцерогенні) потреби: наприклад, у воді, їжі, сексуальної розрядки, уникненні холоду і багато інших, та вторинні (психогенні потреби). До психогенних потреб Мюррей відніс потребу в досягненні, афіліації, повазі, приверненні уваги до себе, захисту, агресії, незалежності, домінування, розумінні та ін. Більшість з них пов'язані з відносинами з іншими людьми і можуть реалізовуватися тільки в соціальній взаємодії. Крім того, Мюррей розділив потреби на позитивні (пошук) і негативні (уникнення), на явні та латентні. У певних ситуаціях окремі потреби можуть об'єднуватися в мотивації поведінки, або конфліктувати один з одним, або підкорятися одне одному.

Оскільки переживання потреби - це дискомфорт, а то і болісне страждання, то з ним пов'язано бажання поліпшити своє самопочуття. Це означає, що потреба виконує мотиваційну функцію або, кажучи простіше, стає мотивом відповідної поведінки: споживання, діяльності, спілкування.

Мотив (від лат. Movere - приводити в рух, штовхати) - це внутрішнє, тобто що виходить від суб'єкта спонукання (прагнення, потяг, бажання, бажання) до певних дій, орієнтованим в кінцевому рахунку на задоволення потреби або досягнення бажаного стану середовища або власної особистості[37].

У біхевіоризмі, а також і в деяких інших школах психології, до мотивів відносять умови зовнішнього середовища, якщо їх сприйняття (а також уявне відтворення, пригадування) зумовлює дії людини. Такого роду фактори середовища варто було б назвати "мотиваторами". К. Левін писав: "Гарна

погода і певний ландшафт тягнуть нас до прогулянки. Сходинки сходів спонукають дворічну дитину забиратися наверх і зісковзувати вниз, двері спонукають її до їх відкривання і закривання, дрібні крихти - до їх збирання, собака - до поглажування, ящик з кубиками - до гри. Книга тягне нас до читання, тістечко - до їжі, озеро - до плавання, дзеркало кличе подивитися в нього, заплутана ситуація - розібратися в ній ".

Мотиви виростають не тільки на базі незадоволених потреб. Багато мотивів формуються і всупереч потребам. На думку Олпорта, невірно вважати, що всі мотиви спрямовані до "редукції напруги", як прийнято думати в інстинктивізм, психоаналізі і в біхевіоризмі. Звичайно основні спонукання (недолік кисню, голод, спрага), мабуть, прагнуть до "редукції напруги". Однак ці спонукання не є достовірною моделлю для всіх нормальних мотивів дорослої людини. Поведінка, спрямована лише на зменшення напруги - явно патологічна. Вона не несе в собі нічого творчого. Люди, які керуються принципом "редукції напруги", не можуть прийняти страждання, відстрочку, розлад як випадковий інцидент в своїх пошуках цінностей. Нормальні люди по контрасту з цим діють по "кращим моделям" самоствердження. Їх психогенні інтереси - швидше підтримка і напрямок напруги, ніж уникнення його. Таким чином, слід замість принципу "редукції напруги" прийняти "принцип активності", згідно з яким людина в своєму поведінці не реактивний, а спочатку активний.

Оскільки люди взаємопов'язані один з одним, то мотиви однієї людини можуть обумовлюватися потребами інших людей. У мотиваційні процеси включається система соціальних цінностей, в тому числі переконання, вірування, забобони і т. д. Наприклад, людина може діяти з ідеологічних, релігійних, моральних чи політичних спонукань, керуючись міркуваннями добра, соціального порядку, справедливості, міжнаціонального рівності і багатьма іншими[25].

Мотиви певним чином співвідносяться з цілями. Мотиви "стоять за цілями", спонукають до цілеобразуванню і до досягнення цілей. Для людської

діяльності характерно розбіжність мотивів і цілей. Це означає, що досягнення певної мети має для людини певний сенс, що виходить за межі того стану речей, який досягається в результаті конкретних дій.

Людська діяльність є полімотивованою. Цілеспрямованість поведінки особливо впадає в очі, коли один і той же чоловік намагається досягти одну і ту ж мету абсолютно різними способами. У разі, коли безпосередня спроба досягнення мети наштовхується на перешкоду, обирається інший, іноді обхідний, шлях. Таким чином, абсолютно різні способи дії можуть виявити одну і ту ж цілеспрямованість (мотивацію). Брунсвік назвав це еквіфінальністю і проілюстрував її на так званій моделі лінзи, розробивши тим самим імовірнісну модель, яка дозволяла за наявності даних спостереження надзвичайно різноманітних послідовностей дій визначити їх цілеспрямовану еквіфінальність.

Термін "мотивація" представляє ширше поняття, ніж термін "мотив". Слово "мотивація" використовується в сучасній психології в двоякому сенсі: як що означає систему чинників, що детермінують поведінку (сюди входять, зокрема, потреби, мотиви, цілі, наміри, прагнення і багато іншого), і як характеристика процесу, який стимулює і підтримує поведінкову активність на певному рівні. Ми будемо використовувати поняття "мотивація" переважно в першому значенні, хоча в деяких випадках, коли це необхідно (і обумовлено), будемо звертатися і до другого його значенням. Мотивацію, таким чином, можна визначити як сукупність причин психологічного характеру, що пояснюють поведінку людини, її початок, спрямованість і активність[29].

Вперше слово "мотивація" вжив А. Шопенгауер у статті "Чотири принципи достатньої причини" (1900-1910). Потім цей термін міцно увійшов в психологічний ужиток для пояснення причин поведінки людини і тварин.

Про мотивацію говорять, наприклад, маючи на увазі комплекс різноманітних мотивів, які керують будь-якою діяльністю протягом деякого часу. У ряді випадків "мотивація" і "мотив" є синонімами.

Спонукання до дії певного мотиву позначається як мотивація.

Мотивація мислиться як процес вибору між різними можливими діями, процес, який регулює, спрямовує дію на досягнення специфічних для даного мотиву цільових станів і підтримує цю спрямованість. Коротше: мотивація пояснює цілеспрямованість дії. У цьому випадку ми маємо справу з проблемою мотивації як загальної цілеспрямованості діяльності і в особливих випадках з проблемою мотиваційного конфлікту між різними цілями.

Мотивація, безумовно, не є єдиним процесом, рівномірно від початку і до кінця пронизуючим поведінковий акт. Вона, скоріше, складається з різнорідних процесів, які здійснюють функцію саморегуляції на окремих фазах поведінкового акту, перш за все до і після виконання дії. Так, спочатку працює процес зважування можливих результатів дії, оцінювання їх наслідків.

Феноменологічно мотивація проявляється в емоційному забарвленню подій і дій суб'єкта, в спрямованості і селективності людської діяльності, в системі цінностей і переваг. Залежно від того, чи пов'язаний мотив суб'єкта з вмістом виконуваної діяльності, виділяють внутрішні і зовнішні види мотивів. Внутрішні мотиви пов'язані з змістовними особливостями діяльності, а зовнішні орієнтовані на її продукти - прямі або побічні. Залежно від орієнтації людини на продукт діяльності або її процес виділяються продуктивні і процесуальні (функціональні) мотиви. Багато видів діяльності психологічно будуються як послідовний ряд виборів окремих дій, які людина потім виконує з різним ступенем успішності. Так будуються досягнення людини. Залежно від глобальної стратегії суб'єкта в ході цих досягнень виділяється також мотивація досягнення успіху і мотивація уникнення невдач.

Психологічне поняття мотивації описує два рівня спонукань: глибинний і ситуативний. Глибинний рівень мотивації є стійкі, генералізовані установки особистості. Вони реалізуються в різних конкретних формах в залежності від особливостей ситуації. Рівень конкретних, опредмечених спонукань називається ситуативною мотивацією. Різниця двох рівнів мотивації полягає не тільки в їх змістовної спрямованості, а й певною мірою усвідомленості мотивів. Як правило, ситуативна мотивація більш усвідомлена, а значить, доступна

вербалізації. Тому для дослідження рівня ситуативної мотивації можуть застосовуватися вербальні методи дослідження мотивації - бесіди, опитувальники, інтерв'ю. У той час як для вивчення глибинної мотивації використовуються головним чином непрямі, проективні методи.

У структуру мотивації входять мотивуючі чинники. За своїми проявами і функції в регуляції поведінки ці фактори можуть ділитися на три відносно самостійних класи. Мотиваційний чинник першого класу (потреби і інстинкти) є джерелами активності. Їх аналіз дає відповідь на питання про те, чому організм приходить в стан активності. Мотиваційний чинник другого класу визначає спрямованість активності організму, то, заради чого обираються одні, а не інші акти поведінки[35]. Мотиваційний чинник третього класу - це емоції, суб'єктивні переживання (прагнення, бажання) і установки. Вони відповідають на питання про те, як здійснюється регуляція динаміки поведінки.

Мотиваційну сферу людини з точки зору її розвиненості можна оцінювати за такими параметрами: широта, гнучкість і ієрархічність. Під широтою мотиваційної сфери розуміється якісна розмаїтість мотиваційних чинників - диспозицій (мотивів), потреб і цілей, представлених на кожному з рівнів. Чим більше у людини різноманітних мотивів, потреб і цілей, тим більш розвиненою є її мотиваційна сфера.

Гнучкість мотиваційної сфери характеризує процес мотивації так. Більш гнучкою вважається така мотиваційна сфера, в якій для задоволення мотиваційного спонукання загального характеру (вищого рівня) може бути використано більше різноманітних мотиваційних побудників нижчого рівня. Наприклад, більш гнучкою є мотиваційна сфера людини, яка в залежності від обставин задоволення одного і того ж мотиву може використовувати більш різноманітні засоби, ніж інша людина. Скажімо, для одного індивіда потреба в знаннях може бути задоволена тільки телебаченням, радіо і кіно, а для іншого засобом її задоволення також є різноманітні книги, періодична преса, спілкування з людьми. У останнього мотиваційна сфера по визначенню буде більш гнучкою.

Зауважимо, що широта і гнучкість характеризують мотиваційну сферу людини по-різному. Широта - це різноманітність потенційного кола предметів, здатних для даної людини служити засобом задоволення актуальної потреби, а гнучкість - рухливість зв'язків, що існують між різними рівнями ієрархічної організованості мотиваційної сфери: між мотивами і потребами, мотивами і цілями, потребами і цілями.

Нарешті, ієрархічність - це характеристика будови кожного з рівнів організації мотиваційної сфери, взятого окремо. Потреби, мотиви і цілі не існують як послідовні набори мотиваційних диспозицій. Одні диспозиції (мотиви, цілі) сильніше інших і виникають частіше; інші слабше і актуалізуються рідше[35]. Чим більше відмінностей в силі і частоті актуалізації мотиваційних утворень певного рівня, тим вища ієрархічність мотиваційної сфери.

1. 5. Мотивація як процес. Стадії мотиваційного процесу.

Мотивація, розглянута як процес, теоретично може бути представлена у вигляді шести послідовних одна за одною стадії.

Такий розгляд процесу носить досить умовний характер, так як в реальному житті немає настільки чіткого розмежування стадій і немає відособлених процесів мотивації. Однак для з'ясування того, як розвертається процес мотивації, яка його логіка і складові частини, може бути прийнятна і корисна нижче наведена модель.

Перша стадія - виникнення потреб. Потреба виявляється у виді того, що людина починає відчувати, що йому чогось не вистачає. Виявляється вона в конкретний час і починає "вимагати" від людини, щоб він знайшов можливість і зробив якісь кроки для її усунення. Ієрархія основних потреб людини, запропонована А. Маслоу, була вперше опублікована в 1943 р[41]. А. Маслоу розмежував непоодинокі мотиви, а цілі їх групи, які впорядковані в вигляді ціннісної ієрархії відповідно їх ролі в розвитку особистості. Маслоу виділив п'ять основних груп потреб:

1. фізіологічні потреби (в їжі, пиття, кисні);
2. потреба в безпеці (фізичної і психологічної);
3. потреби в уподобаннях, любові і причетності до групи;
4. потреба в самоповазі;
5. потреба самоактуалізації.

Головна ідея Маслоу полягає в тому, що шлях до здійснення потенційних можливостей індивідуума - до його самоактуалізації - відкривається лише після задоволення його насущних потреб. Потреби нижчих рівнів Маслоу назвав потребами, а вищих - потребами зростання. У разі конфлікту між потребами різних рівнів перемагає нижча потреба[41].

Згідно Маслоу, потреби одночасно є і цілями людини, тобто вони динамічні. Фізіологічні потреби (голод, спрага і т. д.) необхідні для функціонування організму. Потреба в самозбереженні, безпеки, світі - також найважливіша умова людського існування на рівні індивіда, спільності, людства в цілому. Прагнення до спілкування з людьми і до любові Маслоу вважав невід'ємною якістю людини, а відсутність подібних потреб – патологією.

Друга стадія - пошук шляхів усунення потреби. Раз потреба виникла і створює проблеми для людини, то він починає шукати можливості усунути її: задовольнити, придушити, не помічати. Виникає необхідність щось зробити.

Третя стадія - визначення цілей (напрямки) дії. Людина фіксує, що і якими засобами він повинен робити, чого домогтися, що одержати для того, щоб усунути потребу. На даній стадії відбувається ув'язування чотирьох моментів:

· Що я повинен отримати, щоб усунути потребу;

· Що я повинен зробити, щоб отримати те, що бажаю;

· Якою мірою я можу домогтися того, чого бажаю;

· Наскільки те, що я можу одержати, може усунути потребу.

Четверта стадія - здійснення дії. На цій стадії людина витрачає зусилля для того, щоб здійснити дії, які, в кінцевому рахунку, повинні надати йому можливість отримання чогось, щоб усунути потребу. Так як процес роботи

робить зворотний вплив на мотивацію, то на цій стадії може відбуватися коригування цілей.

П'ята стадія - одержання винагороди за здійснення дії. Проробивши певну роботу, людина або безпосередньо одержує те, що він може використовувати для усунення потреби, або те, що він може обміняти на бажаний для нього об'єкт. На даній стадії з'ясовується те, наскільки виконання дій дало бажаний результат. Залежно від цього відбувається або ослаблення, або зберігання, або ж посилення мотивації до дії.

Шоста стадія - усунення потреби. Залежно від ступеня зняття напруги, що викликається потребою, а також від того, викликає усунення потреби ослаблення або посилення мотивації діяльності, людина або припиняє діяльність до виникнення нової потреби, або продовжує шукати можливості і здійснювати дії по усуненню потреби[41].

1. 6. Психологічні теорії мотивації.

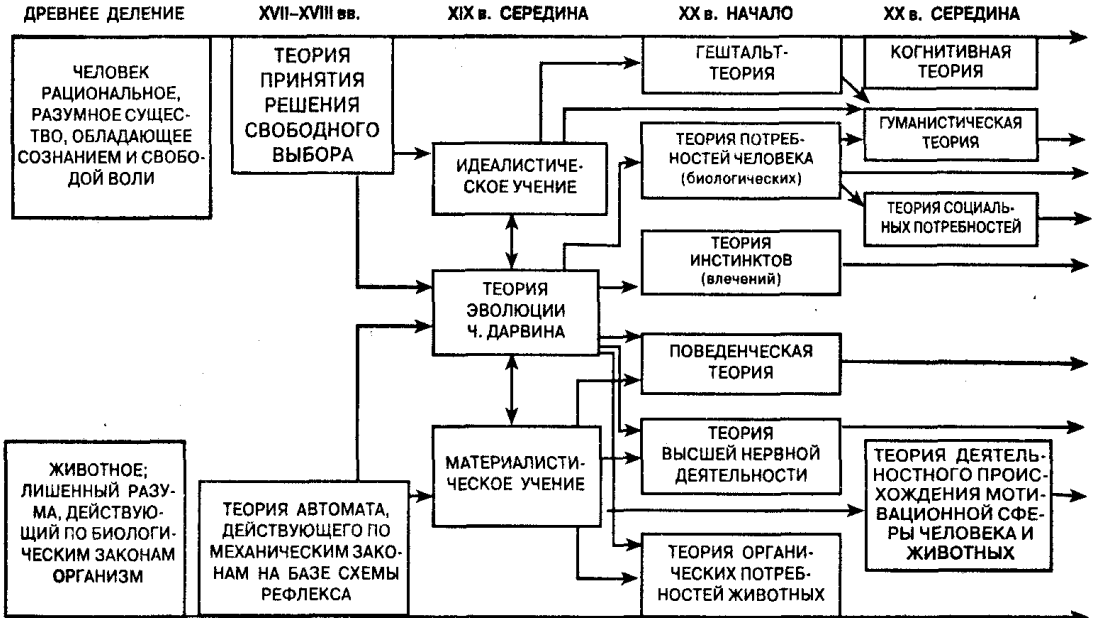
Проблема мотивації поведінки людини привертала увагу вчених з незапам'ятних років. Численні теорії мотивації стали з'являтися ще в роботах древніх філософів, а в даний час таких теорій налічується вже кілька десятків. Точка зору на походження мотивації людини в процесі розвитку людства і науки неодноразово змінювалася. Однак більшість наукових підходів завжди розташовувалося між двома філософськими течіями: раціоналізмом і ірраціоналізмом. Згідно раціоналістичної позиції, а вона особливо чітко виступала в роботах філософів і теологів аж до середини XIX ст., людина являє собою унікальну істоту особливого роду, що не має нічого спільного з тваринами. Вважалося, що тільки людина наділена розумом, мисленням і свідомістю, має волю і свободу вибору дії, а мотиваційне джерело людської поведінки вбачалось виключно в розумі, свідомості і волі людини.

Ірраціоналізм як вчення в основному розглядав поведінку тварин. Прихильники даного вчення виходили з твердження, що поведінка тварини на відміну від людини невільно, нерозумно, управляється темними, несвідомими

силами, що мають свої витоки в органічних потребах. Схематично історія дослідження проблеми мотивації представлена на мал. 3. Зображена на ньому схема була запропонована американським ученим Д. Аткінсоном і частково модифікована Р. С. Нємовим[45; 46].

Першими власне психологічними теоріями мотивації прийнято вважати виниклу в XVII-XVIII ст. теорію прийняття рішень, яка пояснює на раціоналістичній основі поведінку людини, і теорію автомата, що пояснює на ірраціоналістичній основі поведінку тварини. Перша була пов'язана з використанням математичних знань при поясненні поведінки людини. Вона розглядала проблеми вибору людини в економіці. Згодом основні положення даної теорії були перенесені на розуміння людських вчинків в цілому.

Виникнення і розвиток теорії автомата було викликано успіхами механіки в XVII-XVIII ст. Одним з центральних моментів даної теорії було вчення про рефлекс. Причому в рамках даної теорії рефлекс розглядався як механічний, або автоматичний, вроджена відповідь живого організму на зовнішні впливи. Роздільне, незалежне існування двох мотиваційних теорій (однієї - для людини, інший - для тварин) тривало аж до кінця XIX ст.



Мал. 3. Історія дослідження проблеми мотивації (З: Немов Р. С., 1998).

У другій половині XIX ст. з появою еволюційної теорії Ч. Дарвіна виникли передумови до того, щоб переглянути деякі погляди на механізми

поведінки людини. Розроблена Дарвіном теорія дозволила подолати антагонізми, які розділяли погляди на природу людини і тварин як на два несумісних в анатомо-фізіологічному і психологічному відносинах явища дійсності. Більш того, Дарвін був одним з перших, хто звернув увагу на те, що у людини і тварин є чимало загальних потреб і форм поведінки, зокрема емоційно-експресивних виразів і інстинктів.

Під впливом цієї теорії в психології почалося інтенсивне вивчення розумних форм поведінки у тварин (В. Келер, Е. Торндайк) і інстинктів у людини (3. Фрейд, У. Макдугалл, І. П. Павлов та ін.). В ході цих досліджень змінилося уявлення про потреби. Якщо раніше дослідники, як правило, намагалися зв'язати потреби з потребами організму і тому використовували поняття «потреба» найчастіше для пояснення поведінки тварин, то в процесі трансформації та розвитку наукових поглядів дане поняття стали використовувати і для пояснення поведінки людини. Слід зазначити, що використання поняття «потреба» щодо людини привело до розширення цього поняття. Стали виділяти не тільки біологічні, але і деякі соціальні потреби. Однак головною особливістю досліджень мотивації поведінки людини на даному етапі було те, що на відміну від попереднього етапу, на якому протиставлялося поведінку людини і тварини, ці принципові відмінності людини від тварини намагалися звести до мінімуму. Людині як і мотиваційні фактори стали приписувати ті ж органічні потреби, якими раніше наділяли тільки тварина[45; 46].

Одним з перших проявів такого крайнього, по суті біологізаторської, точки зору на поведінку людини стали теорії інстинктів 3. Фрейда і У. Макдугалл, запропоновані в кінці XIX ст[57]. і отримали найбільшу популярність на початку XX ст. Намагаючись пояснити соціальну поведінку людини за аналогією з поведінкою тварин, Фрейд і Макдугалл звели всі форми людської поведінки до вроджених інстинктів. Так, в теорії Фрейда таких інстинктів було три: інстинкт життя, інстинкт смерті і інстинкт агресивності. Макдугалл запропонував набір з десяти інстинктів: інстинкт винахідництва,

інстинкт будівництва, інстинкт цікавості, інстинкт втечі, інстинкт стадності, інстинкт забіякуватості, репродуктивний (батьківський) інстинкт, інстинкт відрази, інстинкт самоприниження, інстинкт самоствердження. У більш пізніх роботах Макдугалл додав до перерахованих ще вісім інстинктів, в основному відносяться до органічних потреб.

Розроблені теорії інстинктів все ж не змогли відповісти на багато питань і не дозволили вирішити ряд дуже істотних проблем. Наприклад, як довести існування у людини цих інстинктів і якою мірою можуть бути зведені до інстинктів або виведені з них ті форми поведінки, які набуваються людиною прижиттєво під впливом досвіду і соціальних умов? А також як в цих формах поведінки розділити власне інстинктивне і набуте в результаті навчання?

Суперечки навколо теорії інстинктів не змогли дати науково обґрунтованої відповіді на жодне з поставлених питань. У підсумку всі дискусії закінчилися тим, що саме поняття «інстинкт» стосовно людини стало вживатися рідше. З'явилися нові поняття для опису поведінки людини, такі як потреба, рефлекс, потяг і інші.

У 20-ті рр. XX ст. на зміну теорії інстинктів прийшла концепція, в рамках якої вся поведінка людини пояснювалося наявністю у нього біологічних потреб. У відповідності з цією концепцією було прийнято вважати, що у людини і у тварин є спільні органічні потреби, які надають однаковий вплив на поведінку. Періодично виникають органічні потреби викликають стан збудження і напруги в організмі, а задоволення потреби веде до зниження напруги. У цій концепції принципових відмінностей між поняттями «інстинкт» і «потреба» не було, за винятком того, що інстинкти є вродженими, а потреби можуть набуватися та змінюватися протягом життя, особливо у людини.

Слід зазначити, що використання понять «інстинкт» і «потреба» в даній концепції мали один істотний недолік: їх використання усувало необхідність обліку в поясненні поведінки людини когнітивно-психологічних характеристик, пов'язаних зі свідомістю і з суб'єктивними станами організму. Тому дані поняття згодом були замінені поняттям потягу, або драйву. Причому під

потягом розумілося прагнення організму до якогось кінцевого результату, суб'єктивно представленому у вигляді певної мети, очікування або наміри на тлі відповідного емоційного переживання.

Крім теорій біологічних потреб людини, інстинктів і потягів на початку XX ст. виникли ще два нових напрямки. Їх виникнення в значній мірі було обумовлено відкриттями І. П. Павлова. Це поведінкова (біхевіористська) теорія мотивації і теорія вищої нервової діяльності. Поведінкова концепція мотивації по своїй суті була логічним продовженням ідей основоположника біхевіоризму Д. Уотсона. Представниками цього напрямку, які отримали найбільшу популярність, є Е. Толмен К. Халл і Б. Скіннер[54]. Всі вони намагалися пояснити поведінку в рамках вихідної схеми біхевіоризму: «стимул-реакція».

Інша теорія - теорія вищої нервової діяльності - була розроблена І. П. Павловим, а її розвиток продовжений його учнями і послідовниками, серед яких були такі: Н. А. Бернштейн - автор теорії психофізіологічної регуляції рухів; П. К. Анохін, який запропонував модель функціональної системи, що на сучасному рівні описує і пояснює динаміка поведінкового акту; Е. Н. Соколов, який відкрив і дослідив орієнтовний рефлекс, який має велике значення для розуміння психофізіологічних механізмів сприйняття, уваги і мотивації, а також запропонував модель концептуальної рефлекторної дуги.

Однією з теорій, що виникли на рубежі XIX-XX ст. і продовжують розроблятися зараз, є теорія органічних потреб тварин. Вона виникла і розвивалася під впливом колишніх ірраціоналістичних традицій в розумінні поведінки тварин. Її сучасні представники бачать своє завдання в тому, щоб пояснити поведінку тварин з позицій фізіології і біології.

Навик, на думку Макдугалл, сам по собі не є рушійною силою поведінки і не орієнтує його. В якості основних рушійних сил людської поведінки він розглядав ірраціональні, інстинктивні спонукання. В основі поведінки лежить інтерес, обумовлений вродженим інстинктивним потягом, який лише знаходить свій вияв у навику і обслуговується тими чи іншими механізмами поведінки.

Будь-яке органічне тіло від народження наділене якоюсь вітальною енергією, запаси і форми розподілу (розрядки) якої жорстко зумовлені репертуаром інстинктів. Як тільки первинні імпульси визначаються у вигляді спрямованих на ті чи інші цілі спонукань, вони отримують своє вираження у відповідних тілесних пристосуваннях.

Спочатку Макдугалл виділяв 12 видів інстинктів: втеча (страх), неприйняття (відраза), допитливість (здивування), агресивність (гнів), самоприниження (збентеження), самоствердження (наснагу), батьківський інстинкт (ніжність), інстинкт продовження роду, харчовий інстинкт, стадний інстинкт, інстинкт створити попит, інстинкт творення. На його думку, основні інстинкти безпосередньо пов'язані з відповідними емоціями, так як внутрішнім виразом інстинктів є емоції.

Концепції і теорії мотивації, що відносяться тільки до людини, почали з'являтися в психологічній науці починаючи з 30-х рр. XX ст. Першою з них була теорія мотивації, запропонована К. Левіним[35]. Слідом за нею були опубліковані роботи представників гуманістичної психології - Г. Мюррея, А. Маслоу, Г. Олпорта, К. Роджерса та ін.

Досить широку популярність здобула мотиваційна концепція Г. Мюррея. Поряд з виділеним У. Макдугалл переліком органічних, або первинних, потреб, ідентичних основних інстинктів, Мюррей запропонував список вторинних (психогенних) потреб, що виникають на базі інстинктоподібних потягів в результаті виховання і навчання. Це потреби досягнення успіхів, афіліації, агресії, потреби незалежності, протидії, поваги, приниження, захисту, домінування, залучення уваги, уникнення шкідливих впливів, уникнення невдач, заступництва, порядку, гри, неприйняття, осмислення, сексуальних відносин, допомоги, взаєморозуміння. Згодом крім цих двадцяти потреб автор приписав людині ще шість: придбання, відхилення звинувачень, пізнання, творення, пояснення, визнання і ощадливості.

Інша, ще більш відома концепція мотивації поведінки людини, належить А. Маслоу[41]. Найчастіше, коли говорять про дану концепцію, мають на увазі

існування ієрархії людських потреб і їх класифікацію, запропоновану Маслоу. Відповідно до цієї концепції, у людини з народження послідовно з'являються і супроводжують її дорослішання сім класів потреб (Мал. 4.) Структура потреб по А. Маслоу:

(Мал. 4.) [46]: фізіологічні (органічні) потреби, потреби в безпеці, потреби в приналежності і любові, потреби поваги (шанування), пізнавальні потреби, естетичні потреби, потреби в самоактуалізації. Причому, на думку автора, в основі даної мотиваційної піраміди лежать фізіологічні потреби, а вищі потреби, такі як естетичні і потреба в самоактуалізації, утворюють її вершину.

У другій половині XX ст. теорії потреб людини були доповнені низкою мотиваційних концепцій, представлених в працях Д. Макклелланда, Д. Аткінсона, Г. Хекхаузена, Г. Келлі, Ю. Роттера і ін. До певної міри вони близькі один до одного і мають ряд загальних положень.

По-перше, в більшості даних теорій заперечувалася принципова можливість створення єдиної універсальної теорії мотивації, однаково успішно

пояснює як поведінка тварин, так і людини.

По-друге, підкреслювалося, що прагнення зняти напругу як основний мотиваційний джерело цілеспрямованої поведінки на рівні людини не працює, в усякому разі не є для нього основним мотиваційним принципом.

По-третє, в більшості даних теорій стверджувалося, що людина не реактивна, а спочатку активна. Тому принцип редукції напруги для пояснення поведінки людини неприйнятний, а джерела його активності слід шукати в ньому самому, в його психології.

По-четверте, дані теорії визнавали поряд з роллю несвідомого істотну роль свідомості людини у формуванні її поведінки. Більш того, на думку більшості авторів, свідома регуляція для людини є провідним механізмом формування поведінки.

По-п'яте, для більшості теорій даної групи було властиве прагнення ввести в науковий обіг специфічні поняття, що відображають особливості людської мотивації, наприклад «соціальні потреби, мотиви» (Д. Мак-Клелланд, Д. Аткінсон, Г. Хекхаузен), «життєві цілі »(К. Роджерс, Р. Мей),« когнітивні чинники »(Ю. Роттер, Г. Келлі і ін.).

По-шосте, автори теорій цієї групи були єдині в думці про те, що для дослідження мотивації людини неприйнятні методи дослідження причин поведінки у тварин. Тому вони зробили спробу знайти спеціальні методи вивчення мотивації, які підходять тільки для людини.

У вітчизняній психології також робилися спроби вирішувати проблеми мотивації людини. Однак аж до середини 1960-х рр. психологічні дослідження були зосереджені на вивченні пізнавальних процесів. Основною науковою розробкою вітчизняних психологів в області проблем мотивації є теорія дієвого походження мотиваційної сфери людини, створена А. Н. Леонтьєвим[37].

Відповідно до його концепції, мотиваційна сфера людини, як і інші її психологічні особливості, має свої джерела в практичній діяльності. Зокрема, між структурою діяльності та будовою мотиваційної сфери людини існують відносини ізоморфізму, тобто взаємної відповідності, а в основі динамічних

змін, які відбуваються з мотиваційною сферою людини, лежить підкорення об'єктивним соціальним законам розвитку системи діяльності.

Таким чином, дана концепція пояснює походження і динаміку мотиваційної сфери людини. Вона показує, як може змінюватися система даності, як перетворюється її ієрархічність, яким чином виникають і зникають окремі види діяльності та операції, які модифікації відбуваються з діями. У відповідності з закономірностями розвитку дієвості можна вивести закони, що описують зміни в мотиваційній сфері людини, придбання їм нових потреб, мотивів і цілей.

Всі розглянуті теорії мають свої переваги і в той же час свої недоліки. Основний їх недолік полягає в тому, що вони в змозі пояснити лише деякі феномени мотивації, відповісти лише на невелику частину питань, що виникають у цій галузі психологічних досліджень. Тому дослідження мотиваційної сфери людини триває і в наші дні.

1. 7. Формування волі в дитячому та підлітковому віці.

Формування волі відбувається протягом життя людини, і особливо важливим етапом у вольовому розвитку є дитячий вік. Як і всі психічні процеси, воля розвивається не сама по собі, а у зв'язку із загальним розвитком особистості[17].

Фактори формування волі. Розглядаючи основні чинники, що забезпечують формування волі в дитячому віці, слід перш за все відзначити роль сімейного домашнього виховання. Більшість недоліків вольової поведінки дітей - капризи, упертість, що спостерігаються в ранньому дитинстві, основою своєю мають помилки у вихованні волі дитини. Ці помилки полягають у тому, що батьки в усьому догоджають дитині, задовольняють кожне її бажання, не пред'являють йому вимог, які повинні беззастережно виконуватися, що не привчають стримувати себе, підкорятися певним правилам поведінки.

Інша крайність сімейного виховання полягає в перевантаженні дітей непосильними завданнями, які зазвичай не виконуються. В результаті формується звичка не доводити почату справу до кінця, що також є проявом слабовілля.

З огляду на наслідувальний характер дій дитини, важливим фактором формування вольових якостей є особистий приклад батьків, вихователів в подоланні труднощів і досягненні поставленої мети[3]. Аналогічне смислове навантаження несе читання дитиною художньої літератури, навіть з казковими сюжетами, герої яких долають неймовірні перешкоди, відчувають значні позбавлення і труднощі, але ніколи не відмовляються від прийнятого рішення і домагаються свого.

Основа виховання волі лежить в систематичному подоланні труднощів у повсякденному, буденному житті. Кожен момент життя дитини може бути використаний для загартування волі, що складається в подоланні сьогохвилинних бажань, що заважають досягненню поставлених перед ним завдань.

Одна з необхідних умов, що сприяють вихованню волі дитини, - створення чітко визначеного розпорядку дня. Для безвольних людей характерна відсутність культури праці та відпочинку, які закладаються ще в дитинстві.

Формування волі пов'язане з вихованням свідомої дисципліни дитини. Так само, як дотримання режиму, неухильне виконання певних правил змушує дитину дотримуватися певну лінію поведінки, стримувати себе і таким чином формує відповідні вольові якості.

Велика роль у формуванні волі належить фізичному вихованню. З одного боку, люди бувають безвільними в зв'язку з відсутністю у них достатнього запасу сил до подолання перешкод, а з іншого - фізичні вправи, змагання з іншими дозволяють виробити навички подолання труднощів[50].

Для формування волі важлива ігрова діяльність. Правила гри і стійкі дії розвивають у дитини відомі вольові риси: витримку, подолання небажання і вміння рахуватися з намірами партнера по грі, спритність, винахідливість і швидкість орієнтації в обстановці, рішучість в діях.

Величезне місце у вихованні волі дитини належить дитячому колективу. Дошкільна суспільне виховання дитини систематично формує її волю тим, що дозволяє впливати на дитину волею інших в процесі колективної гри і спільної діяльності.

Беручи участь у загальному житті дитячого колективу, живучи його інтересами, діти привчаються володіти своєю поведінкою, керуватися інтересами колективу. Однолітки мають достатньо засобів спонукання дитини до більшої наполегливості, стійкості, рішучості, викриття проявів малодушності, боягузтві[3].

Необхідно особливо підкреслити значення діяльності у формуванні волі дитини. Трудова діяльність неможлива без вольових зусиль, подолання перешкод. Ніщо не є таким потужним механізмом формування волі людини, як трудова діяльність. Тому надзвичайно важливо з самого дитинства надати дитині умови для включення в справжній продуктивну працю.

Прийнято вважати, що підлітки характеризуються, більше ніж діти всіх інших шкільних вікових груп, слабкістю волі. Вони недостатньо організовані, легко пасують перед труднощами, легко піддаються чужому впливу, часто поводяться всупереч засвоєним вимогам і правилам поведінки. Правда, це більше відноситься до молодшого підлітку, а й в старшому шкільному віці зустрічається багато учнів з такими особливостями. Не міняє справи і акселерація. Навпаки, на тлі прискореного фізичного і деяких сторін психічного розвитку недорозвинення вольових процесів особливо впадає в очі.

Специфікою соціальної ситуації розвитку підлітка є розбіжність, з одного боку, між вимогами життя і його інтересами, з іншого - між його можливостями і його власними вимогами до себе. Така розбіжність вимагає

вже досить високого рівня розвитку волі, якого найчастіше підлітки ще не досягають. Знання цієї специфіки дозволяє зрозуміти поведінку дітей підліткового віку, їх психологічні особливості, їх переживання, що, в свою чергу, необхідно для побудови всієї системи виховних впливів в цей важкий («критичний») період дитячого розвитку[50].

Спостереження за тим, як підлітки справляються з завданнями довільної поведінки, показують, що вони дуже часто проходять стадію так званого класичного вольового акту. Інакше кажучи, у них виникає гостра боротьба мотивів (чи робити, що треба або що хочеться), після чого відбувається створення наміру і, нарешті, його виконання. Однак такого роду довільна поведінка є дуже складною і важкою, вона вимагає такої перебудови мотиваційної сфери, в результаті якої значимий мотив набуває більшої сили і перемагає всі інші діючі на людину мотиви.

Вивчення процесу такої перебудови виявляє, що в цих випадках людина вдається до зважування ("програвання в своїй уяві") всіх за і проти того чи іншого вчинку (тобто до "інтелектуального плану дії"). В результаті такого "програвання" часто людині вдається посилити той мотив, який забезпечує вольову поведінку. Причому вирішальну роль в цьому відіграє вміння людини передбачати наслідки тих вчинків, між якими проводиться вибір.

Дослідження того, як протікає процес вибору, створення наміру і його виконання у підлітків, виявили наявні тут специфічні труднощі. Перш за все, у дітей цього віку дуже яскраво виражено прагнення підбирати аргументи на користь емоційно більш привабливої поведінки за рахунок поведінки необхідного. Інакше кажучи, у підлітків сильні емоції набагато частіше, ніж у дорослих, блокують розумне рішення. Наприклад, коли школяреві треба зробити вибір між тим, сісти йому за приготування уроків або продовжувати захоплююче читання, він непомітно для себе починає підбирати аргументи на користь читання ("книгу треба віддати", "завтра можуть не запитати" і т. п).

Крім того, підлітки ще погано вміють враховувати наслідки скоєних вчинків. Не тільки у молодших, але навіть у старших підлітків коло передбачуваних ними наслідків дуже обмежене. Вони часто не здатні врахувати, як відгукнеться їх поведінка на оточуючих (які у них можуть виникнути труднощі, переживання); в основному вони враховують наслідки тільки для себе. Наприклад, на питання, що задаються учням в процесі експериментальної бесіди, - "що трапиться, якщо який - небудь школяр приховав гаманець, який втратила ідучи попереду нього жінка", - вони, як правило, називали лише ті наслідки, які відбудуться для них самих, а не для жінки ("на ці гроші зможу купити те, що мені хочеться", "зможу піти в кіно", . . "якщо дізнаються, мене покарають" і т д). І тільки кілька школярів старших класів назвали ті наслідки, які випливають в результаті цього вчинку для жінки ("вона дуже засмутиться", "їй нема на що буде купити хліб" і т. п.). Але навіть і передбачення для себе теж дуже обмежено. Так, наприклад, ніяк не передбачаються моральні наслідки вчинку ("мені буде соромно", "якщо всі дізнаються, я буду переживати", "совість замучить" і т. п.).

Крім того, підлітки, як правило, не вміють передбачати ті наслідки вчинку, які залежать не від об'єктивних обставин, а від власного психологічного чи навіть фізичного стану. Наприклад, відкладаючи "на потім" виконання нецікавого справи (приготування уроків, прибирання кімнати та ін.) І точно розрахувавши, що за часом вони це зробити встигнуть, вони тим не менш не враховують, що "потім" у них буде ще менше бажання працювати , що вони втомляться, захочуть спати, що у них на той час можуть виникнути ще більші спокуси.

Різного роду труднощі переслідують підлітка також і при створенні і виконанні наміру. Успішній регуляції своєї поведінки тут заважає цілий ряд особливостей їх особистості. Часто підлітки в силу підвищеної емоційності беруть намір вчинити так чи інакше під впливом, що володіє ними в даній ситуації емоції. А потім, коли ця "ситуативна емоція" слабшає, слабшає і намір підлітка виконати прийняте рішення. Наприклад, під впливом товаришів

або якого-небудь хвилинного враження підліток може прийняти рішення систематично робити зарядку. Але якщо ця емоція слабшає, то у підлітка, наданий самому собі, намір виявляється невиконаним. Це слід враховувати при вихованні: підтримувати наміри підлітка, замість того, щоб дорікати його в недостатній силі волі.

Точно так же намір може виявитися невиконаним, тому що, приймаючи його, підліток не вміє розраховувати свої сили. Наприклад, він ставить перед собою завдання домогтися гарних оцінок по предмету, досить запущеному. А коли це не вдається швидко зробити, його намір слабшає. Тут також дорослий може зіграти позитивну роль, допомагаючи підлітку правильно розрахувати і розподілити свій час.

Всі зазначені труднощі також пояснюють те, чому підлітки проявляють "слабкість волі", здавалося б, більшу, ніж діти молодшого шкільного віку. Адже останні досягають довільної поведінки без зазначеного «механізму», безпосередньо, або в результаті афективного прагнення зберегти і затвердити свою позицію школяра, або під впливом також дуже афективного прагнення заслужити схвалення дорослих.

Звичайно, далеко не всі підлітки переживають зазначені труднощі довільної поведінки. Вивчення учнів, благополучних в цьому відношенні, виявило ті особливості особистості дітей цього віку, які полегшують їм описану вище складну техніку саморегуляції і дозволяють здійснювати вольову поведінку на більш високому рівні. Це вивчення показало наступне.

Велику роль тут відіграє правильно сформоване у школярів загальне ставлення до навчання і школі як до основного матеріалу їх життя і діяльності. Вони переживають своє становище школяра що визначає їх місце в житті, втративши яке, вони втрачають своє суспільне обличчя. Таке ставлення приходить на зміну емоційно забарвленої "позиції школяра", властивої дітям молодшого шкільного віку. Розглянемо, як і за яких умов це відношення складається і забезпечує розвиток волі вищого рівня.

Велике значення тут має формування таких особливостей особистості учнів, як почуття обов'язку, відповідальності, звички до систематичної праці, наявність широких пізнавальних інтересів, а в кінцевому рахунку, розуміння тієї ролі, яку відіграє школа для їх майбутнього життя. Ось чому дуже важливо, щоб в підлітковому віці перед школярами вже виникала проблема самовизначення, тобто уявлення про своє майбутнє місце в житті, стійкий інтерес до будь - якої професії або до якого - небудь виду діяльності. Саме ті школярі, у яких такого роду стійкі інтереси сформувалися і які досить чітко уявляють собі, до чого вони будуть прагнути після закінчення школи, як правило, відрізняються організованістю поведінки, постійно спрямованого на досягнення поставлених цілей.

Спостереження і дослідження процесу формування всіх зазначених вище особливостей особистості, необхідних для здійснення волі високого рівня, виявляють складний шлях їх розвитку і складний характер їх взаємовідносин. Формування почуття обов'язку і відповідальності і взагалі всіх моральних почуттів починається дуже рано і в підлітковому віці може досягати вже досить високого рівня. Однак багато фактів показують, що розвиток моральних почуттів, хоча і полегшує довільну поведінку, проте не забезпечує її повністю. Більш того, за певних умов їх наявність може привести до виникнення у школяра конфлікту з самим собою.

Це відбувається в тих випадках, коли у нього досить високо розвинені моральні почуття, але не сформовані відповідні моральні звички і моральні якості особистості. У цих випадках моральних почуттів виявляється недостатньо для того, щоб протистояти спокусі вчинити так, як йому в дану хвилину безпосередньо хочеться. В результаті підліток поводиться врозріз зі своїми моральними почуттями, що призводить його до переживання невдоволення самим собою, каяття і навіть до зниження самооцінки. Коливання самооцінки і особливо звернені до себе закиди у відсутності волі дуже типові для школярів підліткового віку. Саме такого роду порушення довільної поведінки складають одну з труднощів виховання підлітка.

Отже, поряд з формуванням моральних почуттів повинні формуватися відповідні звички поведінки. Для цього необхідна постійна практика в певних формах поведінки. Якщо дитина в процесі свого життя (за допомогою дорослих або слідуючи прийнятим їм зразком) домагається виконання необхідного поводження, у неї утворюються і потрібні звички. Взагалі роль звичок досі недооцінюється ні батьками, ні педагогами, між тим звички є необхідним компонентом формування всіх вольових якостей особистості.

Зупинимося ще на одному питанні, дуже важливому для правильного підходу до керівництва формуванням волі в підлітковому віці[3]. Це питання про прагнення підлітків до виховання у себе "сильної волі". Підлітки, відчуваючи труднощі в довільній організації своєї поведінки, ставлять перед собою в якості спеціального завдання виховання волі і вироблення у себе вольових якостей особистості. Однак розуміють це завдання своєрідно: вони бачать прояв волі переважно в героїчних вчинках, породжуваних якимись винятковими обставинами. Інакше кажучи, вони не бачать і не помічають прояви волі в своєму повсякденному житті і діяльності. Навіть при роз'ясненні вони не хочуть визнати, що в усидливій навчальній роботі, в постійній старанності також проявляється воля; і вже у всякому разі "така воля" їх не приваблює. Точно так же вони не бачать волі ні в поведінці матері, що несе всі труднощі повсякденної турботи про сім'ю, ні в навколишніх людях, які постійно виявляють вольові якості в своїй професійній праці і при виконанні своїх громадських обов'язків.

Тому, прагнучи виховати в собі "справжню волю", підлітки (особливо молодші) беруть за зразок героїчні вчинки танкістів, льотчиків, космонавтів, але вкрай рідко орієнтуються на зразки, втіленням яких є їхнє оточення. Цим же пояснюється і те, що виховання волі в собі вони розуміють як вправу в якихось ізольованих вчинках, вироблених в екстремальних умовах (наприклад, один школяр, учень 6 класу, стверджував, що він систематично виховує в собі волю тим, що кожен день, незважаючи на біль, сидить в кропиві "як в

засідці", а той говорив, що кілька разів вночі ходив на кладовище, третій - що виховував в собі терпіння і витривалість тим, що спав на голих дошках).

З огляду на зазначену своєрідність в розумінні підлітком процесу самовиховання, дуже важливо спрямувати їх увагу не на спеціальні вправи для виховання волі, а на виховання в собі достатньої витримки і організованості у виконанні своїх повсякденних обов'язків як по відношенню до всіх видів діяльності, так і в своїх відносинах з оточуючими людьми[50].

Виховання волі в підлітковому віці має йти в двох основних напрямках. По - перше, з огляду на своєрідність свідомої саморегуляції підлітків, треба допомогти їм у подоланні тих специфічних труднощів, з якими вони при цьому зустрічаються при виборі, прийнятті рішення, створенні наміру і його виконанні. По - друге, треба звернути увагу на своєчасне формування у підлітків вищих форм вольової поведінки, активно виховуючи у них ті якості особистості, які її забезпечують.

1. 8. Поняття сили волі та вольова регуляція поведінки людини.

Так як вольові дії особистості в основному проходять на свідомому рівні, ці дії визначаються не тільки вродженими, але і в дуже сильному ступені - усвідомлено розвиненими рисами характеру людини. Процес вольового управління поведінкою характеризується двома групами вольових якостей. Перша група - сила волі, наполегливість, витримка[31].

Сила волі - це максимальне значення вольового впливу, яке може розвинути особистість для досягнення поставленої мети. Говорячи про силу волі, мається на увазі оцінка зусиль людини по здійсненню неприємних для неї дій, наприклад зовнішніх дій, пов'язаних зі спілкуванням або фізично важкою роботою в некомфортною середовищі, або внутрішніх дій з подолання важких для розуміння або просто нецікавих для неї особисто місць в процесі навчання.

Наполегливість - здатність до тривалих зусиль з подолання труднощів у процесі досягнення мети, на відміну від сили волі не обов'язково пов'язана з подоланням «позамежних» труднощів. Наполеглива людина здатна просто

тривалий час не забувати відслідковувати просування до мети і робити при цьому хоча і невеликі, але необхідні кроки в заздалегідь заданому нею самою напрямку.

Витримка, безпосередньо пов'язана з наполегливістю, визначається як вміння виключати зі сфери уваги дії, почуття і думки, що заважають просуванню до даної мети. Дана якість безпосередньо пов'язана із здатністю до впорядкування мислення, умінням планувати, організованістю і умінням вчасно перемикати увагу з одних справ на інші.

Друга група вольових якостей тісно пов'язана з властивостями характеру. У цю групу входять такі якості волі або властивості характеру, як рішучість, самовладання, впевненість в собі.

Рішучість - здатність людини без коливань, швидко, впевнено, без нескінченних переглядів здійснювати вибір лінії поведінки і так само чітко здійснювати прийняті рішення. Природно, що рішучість корисна тільки за умови здатності людини правильно оцінювати ситуацію і, отже, правильно формулювати цілі і завдання поведінки, а рішучі, але неправильні дії за наслідками набагато гірше, ніж прояв нерішучості.

Самовладання і впевненість в собі - якості, що визначають здатність людини підпорядковувати свою поведінку досягненню мети незалежно від проявів відволікаючих обставин, навіть в разі, якщо ці обставинами є серйозні перешкоди.

У разі отримання незадовільних результатів здійснюється свідома корекція (зміна) раніше обраних потреб, потягів. Людина знову формує і проявляє вольові акти, змінюючи зміст наступних етапів своєї діяльності для задоволення конкретної потреби.

Формування волі - процес тривалий, і він починається в ранньому дитинстві.

Весь склад особистості впливає на прояв і розвиток здібностей, в той же час здібності і їх усвідомлення впливають на формування психологічного вигляду і його прояви в поведінці і діяльності людини[44].

Виключне захоплення чимось одним за певних умов може призвести до негативних результатів - одностороннього і навіть обмеженого розвитку особистості. У той же час, якщо вчасно усвідомити важливість знань, можна шляхом самоосвіти заповнити прогалини і досягти високого культурного рівня.

Важливо не тільки підтримувати виявлення схильностей і створювати відповідні умови для розвитку здібностей, але і впливати на формування активного ставлення до життя, знань, своїх обов'язків.

Коли індивід відчуває тяжіння до якоїсь діяльності і починає усвідомлювати свої здібності, він за певних умов переживає почуття відповідальності перед суспільством, колективом і більше вимагає від себе. Навпаки, без формування працьовитості утворюється хибне усвідомлення того, що при великих здібностях нема чого працювати, напружити свою силу, що все прийде само собою[63].

Якщо у людини сформовані позитивні риси характеру, якщо вона усвідомила свої здібності і їх значення для власного розвитку, то вона подолає несприятливі умови і реалізує свої плани, опанує ту професією, до якої відчуває тяжіння і для якої у неї є передумови.

1. 9. Вольові якості особистості та їх розвиток.

Своєрідність активності особистості втілюється в її вольових якостях. Вольові якості - це відносно стійкі, незалежні від конкретної ситуації психічні утворення, що засвідчують досягнутий особистістю рівень свідомої саморегуляції поведінки, її влади над собою[8].

Вольові якості особистості розглядаються як сплав вродженого і набутого, як фенотипічна характеристика наявних можливостей людини. У вольових якостях поєднуються моральні компоненти волі, які формуються в процесі виховання, і генетичні, тісно пов'язані з типологічними особливостями нервової системи. Наприклад, страх, нездатність довго терпіти втому, швидко приймати рішення в великій мірі залежать від вроджених особливостей людини (сили і слабкості нервової системи, її лабільності). Це означає, що при

формуванні, вихованні вольових якостей потрібна гнучкість, індивідуальний підхід, терпіння і чуйність вихователів. Вольові якості включають в себе три компоненти: власне психологічний (моральний), фізіологічний (вольове зусилля) і нейродинамічний (типологічні особливості нервової системи). Вольові якості розглядають як індивідуальні особливості волі, властиві окремим людям. До позитивних якостей відносяться такі, як наполегливість, цілеспрямованість, витримка і т. д. Якості, які характеризують слабкість волі особистості: безпринципність, безініціативність, нестриманість, боязкість, упертість, тощо.

Перелік позитивних і негативних вольових якостей дуже великий, тому розглянемо основні з них. Чітку класифікацію вольових якостей зробив В. К. Калина. Такі вольові якості, як енергійність, терплячість, витримку та сміливість, він відносить до базальних (первинних) якостей особистості. Функціональні прояви їх є односпрямованої регуляторними діями свідомості, що набирають форму вольового зусилля. Під енергійністю розуміють здатність вольовим зусиллям швидко піднімати активність до необхідного рівня. Терплячість визначають, як уміння підтримувати допоміжним вольовим зусиллям інтенсивність роботи на заданому рівні, в разі виникнення внутрішніх перешкод (втома, поганий настрій, незначні болючі прояви).

Витримка - здатність вольовим зусиллям швидко гальмувати (послаблювати, уповільнювати) дії, почуття і думки, що заважають здійсненню прийнятого рішення[63].

Сміливість - здатність у разі виникнення небезпеки (життю, здоров'ю або престижу) зберегти стійкість організації психічних функцій і не знизити якість діяльності. Інакше кажучи, сміливість пов'язана з умінням протистояти страху і йти на виправданий ризик заради певної мети.

Системні (вторинні) вольові якості. Решта проявів вольової регуляції особистості складніше. Вони являють собою певні поєднання односпрямованих проявів свідомості. Системність вольових якостей пов'язана з широким спектром функціональних проявів різних сфер (вольової, емоційної,

інтелектуальної). Такі вольові якості є вторинними, системними. Наприклад, хоробрість, як складові, включає в себе сміливість, витримку, енергійність; рішучість - витримку та сміливість.

Цілий ряд вольових якостей особистості є системними - наполегливість, дисциплінованість, самостійність, цілеспрямованість, ініціативність, організованість. При цьому важливо знати, що первинні вольові якості становлять основу вторинних якостей, їх ядро. Низький рівень базальних якостей дуже ускладнює утворення більш складних, системних вольових якостей[8].

Цілеспрямованість полягає в умінні людини керуватися у своїх діях і вчинках загальними і стійкими цілями, зумовленими її твердими переконаннями. Цілеспрямована особистість завжди спирається на загальну, часто віддалену мету і підпорядковує їй свою конкретну мету. Така особистість добре знає, чого хоче досягти і що їй робити. Ясність цілей - в цьому полягає її гідність.

Наполегливість - це вміння постійно і тривало добиватися мети, не знижуючи енергії в боротьбі з труднощами. Наполеглива особистість правильно оцінює обставини, знаходить в них те, що допомагає досягненню мети. Така особистість здатна до тривалої і неослабної напруги енергії, неухильного руху до наміченої мети[12].

Протилежними наполегливості є впертість і негативізм, які свідчать про недоліки волі. Вперта людина відстоює свої неправильні позиції, незважаючи на розумні доводи.

Принциповість - уміння особистості керуватися в своїх вчинках стійкими принципами, упевненістю в доцільності певних моральних норм поведінки, які регулюють взаємини між людьми. Принциповість виявляється в стійку дисциплінованості поведінки, в правдивих, чуйних вчинках. Протилежністю цій якості є безпринципність.

До вольових якостей, які найбільш характеризують силу волі особистості, належать самостійність та ініціативність[63].

Самостійність - це вміння обходитись у своїх діях без чужої до допомоги, а також уміння критично ставитися до чужих впливів, оцінюючи їх відповідно своїх поглядів і переконань. Самостійність особистості виявляється в здатності за власним почином організовувати діяльність, ставити цілі, в разі необхідності вносити в поведінці зміни. Самостійна особистість не чекає підказок, вказівок від інших людей, активно відстоює свої погляди, може бути організатором, повести за собою до реалізації мети[12].

Ініціативність - це вміння знаходити нові, нешаблонні рішення і засоби їх здійснення. Протилежними якостями є безініціативність та залежність. Безініціативний людина легко піддається впливу інших людей, їх дій, вчинків, власні рішення ставить під сумнів, не впевнений в їх правильності та необхідності. Особливо чітко ці якості виступають у формі навіювання.

Однією з важливих вольових якостей людини є її рішучість. Рішучість - це вміння приймати обдумані рішення, послідовно втілювати їх у життя. Нерішучість є проявом слабкості волі. Нерішуча людина схильна або відкидати остаточне прийняття рішення, або без кінця його переглядати.

Свобода особистості характеризується також її організованість, яка полягає в умінні людини керуватися у своїй поведінці твердо наміченим планом. Ця якість вимагає вміння не тільки неухильно втілювати в життя свій план, а й виявляти необхідну гнучкість при зміні обставин.

Отже, сукупність проявів позитивних (базальних і системних) вольових якостей утворює силу волі особистості[8].

Встановлено, що людям з сильною волею властивий високий рівень мотивації досягнення. Мотивація досягнення - це наполегливість у досягненні своєї мети, прагнення до поліпшення результатів, незадоволеність досягнутим, прагнення досягти успіху.

Людина, що володіє сильною волею, уміє долати будь-які труднощі, що зустрічаються на шляху до досягнення поставленої мети, при цьому виявляє такі вольові якості, як рішучість, мужність, сміливість, витривалість і т. д. Слабовільні люди пасують перед труднощами, не виявляють рішучості,

наполегливості, не вміють стримувати себе, придушувати одномоментні спонукання в ім'я більш високих, морально виправданих мотивів поведінки і діяльності.

Діапазон проявів слабовілля настільки ж великий, як і характерних якостей сильної волі. Крайній ступінь слабовілля знаходиться за межею норми психіки. Сюди відносяться, наприклад, абулія і апраксія.

Абулія - виникає на грунті мозкової патології - відсутність спонукань до діяльності, нездатність при розумінні необхідності прийняти рішення діяти або виконувати його.

Чітко розуміючи необхідність виконати розпорядження лікаря, хворий, що страждає абулією, не може змусити себе що-небудь для цього зробити. Найбільш характерно для нього польова поведінка.

Апраксия - складне порушення цілеспрямованості дій, що викликається ураженням мозкових структур. Якщо ураження нервової тканини локалізується в лобових долях мозку - настає апраксія, що виявляється в порушенні довільної регуляції рухів і дій, які не підкоряються заданою програмою і, отже, унеможливлюють здійснення вольового акту.

Розвиток вольової регуляції поведінки у людини здійснюється в декількох напрямках[17]. З одного боку - це перетворення мимовільних психічних процесів у довільні, з іншого - набуття людиною контролю над своєю поведінкою, з третього - вироблення вольових якостей особистості. Всі ці процеси починаються з того моменту життя, коли дитина опановує мову і вчиться користуватися нею, як ефективним засобом психічної і поведінкової саморегуляції. Всередині з кожного цих напрямків розвитку волі в міру зміцнення відбуваються свої, специфічні перетворення, поступово піднімають процес і механізми вольової регуляції на більш високий рівень. Наприклад, всередині пізнавальних процесів воля спочатку виступає у формі зовнішньо-мовної регуляції і тільки потім - в плані внутрішньомовного процесу. В області формування вольових якостей особистості, розвиток волі можна уявити, як рух не від первинних до вторинних і далі - до третинних вольових якостей.

Ще один напрямок у розвитку волі виявляється в тому, що людина свідомо ставить перед собою все більш складні завдання і переслідує все більш віддалені цілі, що вимагають значних вольових зусиль протягом досить тривалого часу. Наприклад, школяр в підлітковому віці може поставити перед собою завдання розвинути у себе такі здібності, до формування яких у нього немає виражених природних задатків. Одночасно він може поставити перед собою мету зайнятися в майбутньому складним і престижним видом діяльності, для успішного виконання якого необхідні такого роду здатності[21].

Розвиток волі у дітей тісно співвідноситься зі збагаченням їх мотиваційної і моральної сфери. Включення в регуляцію діяльності більш високих мотивів і цінностей, підвищення їхнього статусу в загальній ієрархії стимулів, керуючих діяльністю, здатність виділяти й оцінювати моральну сторону своїх вчинків - все це важливі моменти у вихованні волі в дітей. Мотивація вчинку, у яку включається вольова регуляція, стає свідомої, а сам вчинок довільним. Така дія завжди відбувається на базі довільно побудованої ієрархії мотивів, де верхню ступінь займає високоморальне спонукання, що дає моральне задоволення людині в разі успіху діяльності.

Удосконалення вольової регуляції поведінки у дітей пов'язано з їх загальним інтелектуальним розвитком, з появою мотиваційної й особистісної рефлексії. Тому виховувати волю в дитини у відриві від її загального психологічного розвитку практично неможливо. В іншому випадку волі і наполегливості, як, безсумнівно, позитивних і коштовних особистісних якостей, можуть виникнути і закріпитися їхні антиподи: упертість і ригідність.

Особливу роль у розвитку волі у дітей по всіх перерахованих напрямках виконують ігри, причому кожен вид ігрової діяльності вносить свій, специфічний внесок у вдосконалення вольового процесу. Конструктивні предметні ігри, з'являються першими у віковому розвитку дитини, сприяють прискореному формуванню довільної регуляції дій. Сюжетно-рольові ігри ведуть до закріплення в дитини необхідних вольових якостей особистості. Колективні гри з правилами, крім цього завдання, вирішують ще одну:

зміцнення саморегуляції вчинків. Вчення, що з'являється в останні роки дошкільного дитинства і які перетворюються в провідну діяльність в школі, найбільший внесок вносить у розвиток довільної саморегуляції пізнавальних процесів.

Висновки до 1 розділу.

Поняття "воля" представляє з себе психологію, фізіологію і філософію. На особистісному рівні воля проявляється в таких властивостях, як сила волі, енергійність, наполегливість, витримка та ін. Їх можна розглядати як первинні, або базові, вольові якості особистості. Такі якості визначають поведінку, яка характеризується усіма або більшістю описаних вище властивостей. Воля забезпечує виконання двох взаємопов'язаних функцій - спонукальної і гальмівної, і в них себе проявляє. Під волею розуміється складний психічний процес, що викликає активність людини і будить його діяти направлено.

Розвиток волі у людини пов'язано з такими діями як:

- перетворення мимовільних психічних процесів у довільні;
- придбання людиною контролю над своєю поведінкою;
- вироблення вольових якостей особистості;
- а також з тим, що людина свідомо ставить перед собою все більше складні завдання і переслідує все більш віддалені цілі, які вимагають значних вольових зусиль протягом довгого часу.

Воля є здатністю людини переборювати перешкоди, домагатися поставленої мети. Саме вона виступає в таких рисах характеру, як цілеспрямованість, рішучість, наполегливість, мужність. Дані риси характеру можуть сприяти досягненню як суспільно корисних, так і антигромадських цілей.

В результаті проведених нами теоретичних досліджень, на основі аналізу різних теорій по вивченню мотивації, можна зробити висновок, що вольова та мотиваційна сфери людини дуже складні і неоднорідні.

У сучасній психології в даний час існує безліч різних теорій, підходи

яких вивчення проблеми мотивації настільки різні, що часом їх можна назвати діаметрально протилежними. Проте ми не ставили перед собою завдання привести якісний аналіз окремих теорій, ми лише намагалися розглянути основні напрямки в сучасних дослідженнях. Нам здається, що сама складність даного поняття, багаторівнева організація мотиваційної сфери людини, складність структури і механізмів її формування, відкриває широкі можливості для застосування всіх згаданих нами теорій. Тобто твердження окремих теорій можуть направлятися на різні елементи мотиваційної структури і саме в цих напрямках будуть найбільш компетентними і валідними. Цілісна картина може скластися тільки при інтегрованому підході до вивчення проблеми мотивації на сучасному етапі розвитку психологічної думки, з урахуванням прогресивних ідей різних теорій.

При вивченні різних теорій мотивації, при визначенні механізму і структури мотиваційної сфери професійної діяльності, ми прийшли до висновку, що дійсно мотивація людини є складною системою, що має в своїй основі як біологічні, так і соціальні елементи, тому і до вивчення мотивації професійної діяльності людини необхідно підходити, враховуючи цю обставину. Мотивація людини, з одного боку, має багато спільного з мотивацією тварин, у частині задоволення своїх біологічних потреб. Але, з іншого боку, є ряд специфічних особливостей, властивих тільки людині, що так, же необхідно враховувати при вивченні саме людської мотиваційної сфери. Не можна применшувати впливу ні тієї, ні іншої частини мотиваційної сфери людини, на систему мотиваційної спрямованості особистості в цілому, так як це може призвести до спотворення цілісного розуміння даного питання.

Структура мотиваційної сфери людини в процесі життєдіяльності проходить етапи формування і становлення. Це формування являє собою складний процес, що відбувається як під впливом своєї внутрішньої роботи, так і під впливом зовнішніх чинників навколишнього його середовища. Тому велику увагу необхідно приділити і індивідуальним відмінностям.

Говорячи про виховання волі, не слід забувати, що успішне виконання

діяльності залежить не тільки від формування тих чи інших вольових якостей, а й від наявності відповідних навичок як умов реального виконання наміченого, досягнення поставлених цілей. Таким чином, формування корисних навичок, і перш за все трудових навичок, виступає як одна з найважливіших умов успішного досягнення поставлених цілей.

Нарешті, слід вказати, що розвиток основних вольових якостей, відбувається при постійному спілкуванні людини з іншими людьми, в спільній роботі з ними. Поза суспільством, поза колективом воля людини нормально розвиватися не може.

Розділ 2. Методи та методики дослідження мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактору успішності діяльності.

2.1. Загальна характеристика методів та методик дослідження методів та методик дослідження мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактору успішності діяльності.

Для впевненості в тому, що після проведення психодіагностичних досліджень будуть отримані відповідні об'єктивної дійсності результати, необхідно, щоб для всіх застосованих при проведенні експерименту методів було наукове обгрунтування, тобто щоб все методи відповідали всім пропонованим до них вимогам.

Такими вимогами є.

Валідність - validus (лат.) «Сильний» - повноцінність, придатність, відповідність. Існує кілька різновидів валідності.

1. Валідність теоретична - визначається ступенем відповідності отриманих результатів певної властивості або якості, що піддається діагностиці, одержуваних за допомогою даної певної методики, показниками, що здобувається за допомогою застосування інших методик.

Іншими словами, теоретичну валідність перевіряють за кореляцією показників однієї і тої ж властивості або якості особистості, що отримуються за

допомогою різних методик, що спираються на одну й ту ж теорію або виходять з неї.

2. Валідність емпірична - перевіряється за відповідністю діагностичних показників, що спостерігаються, дій і реакцій випробуваного, тобто його реальної поведінки. Відповідно, порівнюються показники застосовуваної психодіагностичної методики з реальною життєвою поведінкою конкретних людей.

3. Валідність внутрішня - відповідність в методиці завдань, субтестів, суджень щодо спільної мети та задач всієї методики в цілому. Методика буде вважатися внутрішньо невалідною, коли всі або частина питань, завдань або субтестів вимірюють не те, що потрібно від даної методики в цілому.

4. Валідність зовнішня - це приблизно те ж саме, що і емпірична валідність, але тут мова повинна йти про зв'язок між показниками методики і найбільш значущими зовнішніми ознаками, що відносяться до поведінки випробуваного.

Тільки в процесі тривалого застосування методики може бути перевірена і уточнена її валідність.

Виділяють наступні критерії валідності:

1) поведінкові показники - це дії і вчинки, реакції випробуваного в різноманітних життєвих ситуаціях;

2) ті результати, яких випробуваний досягає у всіляких видах діяльності: навчання, праця, творчість і т. д;

3) дані про виконання всіляких контрольних випробувань, проб, завдань і доручень;

4) дані, отримані від інших методик, валідність яких або взаємовідношення з даною застосовуваною методикою вважаються достеменно встановленими.

Надійність - характеризує можливість і достатню ймовірність отримання при застосуванні даної методики стійких, стабільних показників.

Надійність будь-якої застосовуваної психодиагностичної методики

можна встановити двома доступними способами:

1) шляхом співвіднесення результатів, одержуваних після застосування цієї методики різними людьми;

2) шляхом зіставлення результатів, отриманих за однією і тією ж методикою, застосовуючи її в різних умовах.

Однозначність методики, як наступну вимогу будь-якої психодіагностичної методики, характеризується тим, якою мірою придбані з її допомогою дані відображають зміни саме і тільки тої властивості, для оцінки якої дана методика використовується.

Точність - відтворює здатність методики чуйно прореагувати на найменші трансформації властивості, що оцінюється, що відбуваються в ході психодіагностичного експерименту. Чим точніше психодіагностична методика, тим вище з її допомогою можна висловлювати думку про градації і виявляти відтінки вимірюваного якості дослідника.

Багатьма авторами робилися спроби представити класифікації методів вивчення волі (Ільїн, 2009 року; Шінгаев, 2001; Пасніченко, 1995 і ін.) [23]. Відсутність загальноприйнятих принципів класифікації вольових проявів позначається на тому, що аналізуються і вивчаються вольові якості і якості в залежності від теоретичних позицій автора і завдань подачі матеріалу. Все різноманіття методів вивчення вольової активності Є.П. Ільїн розділяє на екстенсивні і експериментальні. В основі екстенсивних методів, на думку Є. П. Ільїна, лежить спостереження за поведінкою суб'єкта в природних умовах, аналіз дій і вчинків особистості і їх оцінка, а також бесіди, інтерв'ювання, опитування. Найбільш доступними є: метод узагальнених незалежних характеристик, метод взаємних оцінок і метод самооцінки. До експериментальних методів учений відносить природний і лабораторний експерименти. Виділені методи мають недоліки, які відзначають самі дослідники, а саме: недоліком природного експерименту є труднощі проникнення в «інтимну мікроструктуру і динаміку вольового процесу», а закономірності, виявлені за допомогою лабораторного експерименту, «не

завжди характеризують вольові якості випробуваного як особистості».

С. М. Шингаевим запропонована класифікація методів і методик вивчення вольових проявів[63]:

1) на моторному рівні - вимір вольового зусилля;

2) на інтелектуальному рівні - нерозв'язні завдання;

3) на поведінковому рівні – опитувальники.

Виділені методики також не позбавлені критичних зауважень - використання інтелектуальних тестів для діагностики проявів волі значно ускладнює диференціацію вольових та інтелектуальних показників.

Оригінальний підхід до виділення підстави для класифікації методів експериментального дослідження волі можна побачити в дослідженні А.Е. Пасніченко. Нею пропонується поділ всіх методів і методик на дві групи відповідно до розподілу основних психологічних теорій волі за ступенем узагальненості вихідного поняття: перша група досліджує вольові зусилля (в рамках «функціонального» підходу, який би розглядав волю тільки як виконавчу функцію), і друга група досліджує вольові якості особистості (в рамках «ціннісно-смислового» підходу, які враховує змістовну сторону вольової дії, що задається особистісним рівнем, - мотиви, цінності та цілі).

В рамках «ціннісно-смислового», підходу вивчаються вольові якості особистості, в дослідженні яких А. Е. Пасніченко виділяє два напрямки[47]:

1) вольові якості розглядаються як конкретні особливості протікання вольових дій (процесуальний аспект вольової якості: «як воно проявляється у певних діях»);

2) вольові якості як вже закріпилені способи подолання труднощів, що з'являються в діяльності незалежно від її виду (не "прив'язані» до конкретних умов). Тут вольова якість розглядається не як актуальне переживання, а як потенційно властиве: існуюче у даної людини, хоча і не актуалізується в даний момент («тут і тепер»).

Відповідають цим двом напрямкам і методи вивчення. У руслі першого напряму використовуються наступні процедури:

1) спостереження за виконанням випробуваними будь-якої конкретної діяльності, для якої характерно прояв певних специфічних вольових якостей;

2) експериментальні ситуації для вивчення конкретних проявів вольових якостей:

а) оцінка вольової якості по результату вирішення конкретної експериментальної завдання, тест Кларка;

б) рахунок в умовах перешкод - методика В. К. Калина із застосуванням експериментальної установки ЛУ-1; тест перцептивної здатності Торнтона;

в) експериментальна ситуація ризику; шокові тести Торнтона;

г) завдання з відстроченим виконанням;

д) природний (польовий) експеримент;

е) формуючий експеримент: вироблення вольових якостей в спортивній, навчальній діяльності.

При розгляді вольових якостей як стійких характеристик вольового регулювання використовують:

1) бесіду;

2) анкети, твори з подальшим контент-аналізом;

3) аналіз літературних джерел, аналіз продуктів діяльності;

4) методи самооцінок, експертних і взаимооценок вольових якостей:

а) експертні оцінки (метод узагальнення незалежних характеристик по силі, стійкості, широті, спрямованості вольових якостей за 5-бальною системою), метод полярних профілів, метод паралельних профілів В. І. Селіванова, метод компетентних суддів, використання для оцінювання п'ятибальною і десятибальною шкал;

б) самооцінки разом з експертними оцінками і взаимооцінками; методика об'єктивованої самооцінки вольових якостей особистості А. Ц. Пуні, шкала самооцінки наполегливості, самовпевненості Торнтона;

в) непрямі методи самооцінки розвитку морально-вольової сфери;

5) тести і опитувальники:

а) дають релевантну інформацію про досліджуваної реальності: рівень

суб'єктивного контролю Роттера; орієнтація на дію і стан Ю. Куля; проектні методи;

б) спрямовані саме на вивчення вольової сфери (опитувальник вольових якостей Н. Б. Стамбулова; опитувальник вольового самоконтролю (ВСК) Є.В. Ейдман; вольовий опитувальник особистості (ВІЛ) А. Хохлова; опитувальник наполегливості Ванга; опитувальник вольових якостей особистості (ВКЛ) (Пасніченко, 1995).

Необхідно відзначити методики, що вимірюють вольові якості в контексті їх зв'язку з комплексом інших властивостей особистості. Прикладом подібних діагностичних інструментаріїв служать: Фрайбургський особистісний опитувальник FPI включає фактори, що вимірюють впевненість в собі, витриманість; Каліфорнійський психологічний опитувальник CPI дозволяє виявити ініціативність, самовпевненість, відповідальність, самоконтроль; «Психологічні профілі» Россолимо (одна з груп тестових завдань називається «Воля» і включає в себе проби на опір автоматизму і навіюванню); опитувальник проблем вирішення PSI П. Хеппнер і К. Петерсена, який досліджує впевненість у вирішенні проблеми, ухилення від вирішення проблеми і самоконтроль; особистісний опитувальник Е. Куличкова, що дозволяє отримати інформацію про рішучості, наполегливості, імпульсивності, умінні володіти собою, самостійності і ряд інших методик.

В якості діагностичного інструменту можливе використання біографічних методик, які передбачають отримання інформації про ситуації, в яких випробуваний демонстрував вольові зусилля (зокрема, частота і якісна характеристика таких ситуацій), щільність знаходження даної особи в тісному контакті з іншими людьми, що володіють чітко вираженими і розвиненими вольовими якостями. Один з таких методів носить назву методу «вільної автобіографії».

Експериментальні психологічні методи дослідження волі найменш розроблені в психології, тому що існують великі труднощі в об'єктивізації вольових проявів особистості. Оскільки вольові якості проявляються в

діяльності, ще в 1930 р. В.Н. Мясищевим була запропонована нейрофізіологічна методика, що дозволяє кількісно вимірювати м'язову вольове зусилля. Більшою мірою психологічні методи вивчення вольової сфери особистості стосуються дослідження мотивації (мотиви як причини, що визначають вибір спрямованості поведінки), моральної регуляції поведінки, локусу контролю волі, наполегливості і спонтанної активності, а також дослідження довільних рухів і дій.

2.2. Методика дослідження локусу контролю Дж. Роттера.

(Локус контролю / Єлісєєв О.П. Практикум з психології особистості - СПб., 2003. С.413-417., бланк, ключ - див. «Додаток 1.»)

Опис методики.

Методика «Локус контролю» - одна з перших тестових методик, спрямованих на виявлення локусу контролю поведінки (інтернальності-екстернальності). Розроблено в 1950-их роках американським психологом Дж. Роттером в рамках концепції поведінкової психології.

Теоретичні основи.

Для методики когнітивної орієнтації має значення те, що у екстерналів мотивація слабша, ніж у інтерналів, і звідси - схильність до конформізму і залежності. Відзначається позитивна кореляція між інтернальністю і визначенням сенсу життя: чим більше суб'єкт вірить, що все в його житті залежить від його особистих зусиль і здібностей, тим частіше він знаходить у власному житті сенс і краще бачить її мету.

Для прихильників біхевіоральної теорії і дослідників поведінки цікаво те, що аналіз структури локусу контролю дозволяє відкрити спрямованість до вчинення дії індивідом, прогнозування умов, що сприяють або заважають цьому, залежність поведінки від підкріплень.

У роботі з асоціальними групами методика може бути використана для виявлення тривожних, дезадаптованих підлітків з екстернальним локусом контролю. Це допоможе своєчасно надати їм допомогу, поки стан тривалого

стресу не привело їх до скоєння протиправних діянь або суїцидальних спроб. Є дані про більшу схильність екстерналів до обману і скоєння аморальних вчинків. Розглядається також зв'язок між рівнем суб'єктивного контролю і поведінкою підлітків і молоді в криміногенних і посткриміногенних ситуаціях.

У психології управління можуть бути використані відмінності між інтеральними і екстернальними особистостями, вони можуть виявитися істотними з точки зору їх професійної діяльності. Так, наприклад, екстернали характеризуються більшою схильністю до маніпуляцій, вони більш поступливі і чутливі до думки і оцінками інших. В цілому, екстернальні особистості виявляються хорошими виконавцями, ефективно працюючими під контролем інших людей. Інтернали, на відміну від екстерналій, продуктивніше трудяться не в команді, а на самоті. Вони більш активні в пошуку інформації. Крім того, інтернальні особистості краще справляються з роботою, що вимагає прояву ініціативи. Вони більш рішучі, впевнені в собі, принципові в міжособистісних відносинах, не бояться ризикувати. Дослідження показують, що інтернальні керівники здатні успішно здійснювати директивне керівництво. Інтернальні і екстернальні особистості розрізняються і іншими особливостями, наприклад, самооцінкою. Люди з інтернальність локусом контролю думають про себе як про добрих, товариських, доброзичливих, рішучих, незворушних, чесних, самостійних особистостях. А люди з екстернальним локусом контролю вважають себе несамостійними, дратівливими, залежними, егоїстичними, нерішучими, невпевненими в собі, ворожими оточенню.

Виділення особистісної характеристики, що описує те, в якій мірі людина відчуває себе активним суб'єктом власної діяльності, а в якій - пасивним об'єктом дії інших людей і зовнішніх обставин, обгрунтовано існуючими емпіричними дослідженнями і може сприяти подальшому вивченню широкого кола проблем загальної та особливо прикладної психології особистості , тим більше предметом психологічного аналізу все частіше стають різні форми довільної активності індивіда, його буденна свідомість, типи пояснення навколишнього світу, світоглядні установки, відношення людини до

своєї долі.

Розроблено варіанти цього тесту для дорослих, школярів і навіть для дошкільнят. Також є версія для національних меншин. Всі ці варіанти при своєму створенні проходили ретельну психометричну перевірку. Для оригінальної версії перевірка надійності проводилася методом розщеплення тесту і методом повторного його виконання через 2 місяці. Ця перевірка показала, що тест досить надійний. Те ж саме можна сказати і про його валідності.

Отже, згідно з дослідженнями, люди з переважанням інтернального локусу контролю більш впевнені в собі, спокійні, позитивні, у них легше складаються міжособистісні відносини, вони більш незалежні. Людей з екстернальним локусом контролю відрізняє підвищена тривожність, менша терпимість по відношенню до інших і менша популярність і конформність.

Інструкція досліджуваному:

«Прочитайте кожне висловлювання в парі і вирішите, з яким з них ви згодні більшою мірою. Виберіть для кожної вправи тільки один варіант - «а» або «б».

2.3. Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна.

(Методика дослідження вольової організації особистості / Твоя професійна кар'єра: Учеб. Для 8-11 кл. загальноосвіт. Установ /М.С. Гуткин, Г.Ф. Михальченко, А.В. Ставків і ін .; Під ред. С.Н. Частковий, Т.І. Шалавін. - М .: Просвещение, 2000. - 191с. - с.175-182, бланк, ключ - див. «Додаток 2.»

Призначена для виявлення показнику рівня вольової організації особистості, що свідчить про здатність з достатнім ступенем усвідомленості і почуття реальності визначати для себе цілі, шляхи та способи їх досягнення.

Інструкція. «Вам пропонується відповісти на питання, спрямовані на з'ясування деяких особливостей вашої особистості і вашого характеру. Прочитайте кожне твердження і в графі відповідей поставте знак «+» проти

обраного вами варіанту. Варіанти відповідей: «Безумовно «так»,« Швидше «так», ніж «ні», «Швидше «ні», ніж «так», «Безумовно «ні».

Щирі відповіді дозволять вам отримати правильне про себе уявлення і в майбутньому врахувати як свої слабкі, так і сильні сторони характеру. І навпаки, бажання здатися краще, ніж ви є на самому ділі, обернеться марною тратою часу або отриманням відомостей, які не відповідають дійсності.»

2.4. Вивчення довільного самоконтролю.

(Ільїн Е. П./ Психологія волі. 2-ге вид. - СПб .: Пітер, 2009., бланк, ключ - див. «Додаток 3.»)

Опитувальник для виявлення вираженості самоконтролю в емоційній сфері, діяльності та поведінці (соціальний самоконтроль).

Методика розроблена Г. С. Никифоровим, В. К. Васильєвим і С. В. Фірсовою.

Інструкція. «Прочитайте твердження опитувальника і висловіть своє ставлення до кожного з них, закресливши одну з букв.»

2.5. Опитувальник для оцінки своєї наполегливості.

(Ільїн Е. П. Психологія волі. 2-е изд. - СПб .: Пітер, 2009., бланк, ключ - див. «Додаток 4.»)

Опитувальник розроблений Е. П. Ільїним і Е. К. Фещенко. Опитувальник призначений для визначення вираженості самооцінки наполегливості, яка свідчить про схильність доводити почату справу до кінця.

Інструкція. «На кожне питання необхідно дати відповідь «так» у разі згоди з твердженням, або «ні» у разі незгоди».

2.6. Опитувальник для оцінки своєї завзятості.

(Ільїн Е. П. Психологія волі. 2-е изд. - СПб .: Пітер, 2009., бланк, ключ - див. «Додаток 5.»)

Методика розроблена Е. П. Ільїним і Е. К. Фещенко.

Ціллю даної методики є визначення рівню цінки завзятості

обстежуваного.

Інструкція. «Вам пропонується ряд ситуацій. Уявіть себе в цих ситуаціях і оцініть, наскільки вони для вас характерні. Якщо ви згодні з твердженням, поставте знак «+», якщо не згодні - знак «-».

2.7. Експериментальна діагностика завадостійкості (самоконтролю діяльності при наявності зовнішніх перешкод).

(Ільїн Е. П. Психологія волі. 2-е изд. - СПб .: Пітер, 2009., бланк, ключ - див. «Додаток 6.»)

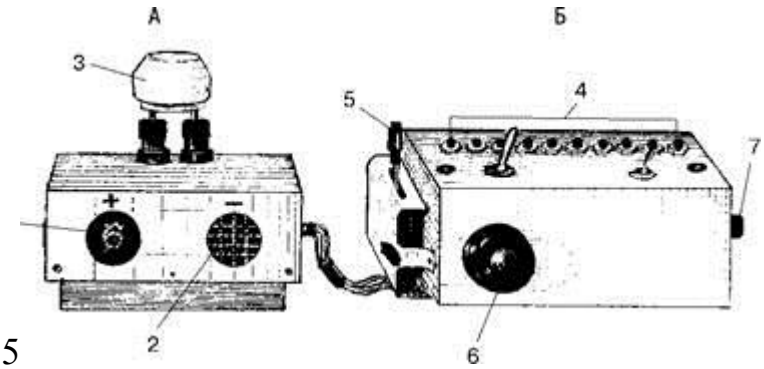
Методика розроблена А. І. Висоцьким. Використовується проста розумова діяльність: додавання і віднімання чисел в межах 5. При виборі такої легкої діяльності автор виходив з того, що вона повинна бути однаково доступна школярам будь-якого віку (для виявлення не тільки індивідуальних, але і вікових особливостей вольової активності). Щоб створити труднощі, при вирішенні завдань вводяться різні перешкоди.

При вивченні завадостійкості треба мати на увазі, що не всяка удавана експериментатору перешкода є дійсно перешкодою. Проведене А. І. Висоцьким спеціальне дослідження показало, що, наприклад, при проведенні коректурної проби не всяка музика є перешкодою. Виявилося, що різна музика (лірична, марші, зі словами і без слів) надає на результативність роботи випробовуваних різний вплив: одні до неї нейтральні, іншим вона заважає, а третім допомагає.

Ці експерименти також показали, що випробовувані виявляють різну вольову активність в залежності від того, на який аналізатор подається інформація і на який перешкода. Тому автором розроблено чотири варіанти експериментів для вивчення вольових зусиль учнів, спрямованих на утримання концентрованої уваги в розумовій роботі.

Перший варіант. У цьому варіанті інформація сприймається візуально, а перешкоди даються на слуховий аналізатор.

Для проведення експериментів був виготовлений спеціальний апарат (Мал. 5).



Мал . 5

Він складається з двох приладів, з'єднаних півтораметровим багатоканальним шлангом.

Перший прилад (А) призначений для випробуваного. У нього вмонтована цифрова лампа (1) і система неонових лампочок (2), які при включенні показують «+» або «-». Зверху на приладі є лампочка (3) з плафоном (типу нічника). Дворазове включення цієї лампочки означає для випробуваного: «приготуватися», а одноразове - «відповідай».

Другий апарат (Б) призначений для експериментатора. На ньому розташований ряд пронумерованих мікровключателей (4). При натисканні кнопки мікровключателя на цифровий лампі апарату для випробуваного висвічується відповідна цифра. Крім того, на апараті експериментатора є тумблер (5), за допомогою якого на апараті А включається «+» або «-». Дві спеціальні кнопки на апараті Б мають таке призначення. При натисканні однієї з них (6) випробуваному подаються команди «приготуватися», «Відповідай». Друга кнопка (7) служить для того, щоб вважати помилки випробуваного (при натисканні спрацьовує автоматичний лічильник).

До початку експерименту проводиться тренування, в ході якої випробуваний знайомиться з експериментом, а експериментатор підбирає оптимальний для випробуваного темп роботи.

Експеримент складається з трьох серій. Тривалість кожної серії 5 хв. після кожної серії випробуваний відпочиває. У всіх серіях вирішуються

однотипні приклади на додавання і віднімання в межах 5. Кожен приклад складається з 10 цифр, які треба складати або віднімати (знаки «+» і «-» подаються в безладної послідовності). всі обчислення робляться у розумі, а кінцевий результат кожного прикладу випробуваний називає вголос.

Перша і третя серії проводяться без перешкод, друга - з перешкодами. Як перешкод в навушники подаються записані на магнітну плівку числа.

Перед кожною серією експерименту випробуваному дається така інструкція:

• Перед першою серією: «З умовами експерименту ти добре знайомий. Постарайся виконати арифметичні дії без помилок. Працювати будемо 5 хв в такому ж темпі, як тренувалися».

• Перед другою серією: «Зараз будемо вирішувати такі ж приклади, як і в першій серії. Але в другій серії у тебе будуть перешкоди: в навушниках будуть звучати цифри. Намагайся не

звертати на них уваги і вирішити всі приклади без помилок ».

• Перед третьою серією: «Зараз ще раз повторимо першу серію. постарайся виправити свої помилки (якщо вони були у випробуваного), постарайся все приклади вирішити без помилок. (Якщо випробовуваний в першій серії працював без помилок)». По ходу експерименту в кожній серії фіксуються рухові реакції учня (поза, міміка, пантоміма, руху рук, голови і т.п.); мовні реакції (які слова, звуки, фрази вимовляв і в який момент серії); вегетативні реакції (почервоніння, зблідання, піт на обличчі, облизування губ, зміна дихання).

Другий варіант. При проведенні цього варіанту інформація і перешкоди даються на зоровий аналізатор. Експеримент полягає також з трьох серій. Як перешкод (вони даються в другій серії) використовується демонстрація мультфільму (при вимкненому звуці).

Апарат для випробуваного, описаний в першому варіанті, і екран, на який з кінопроектора демонструється кольоровий мультфільм, розташовані поруч на рівні очей на стіні. В іншому експеримент проводиться точно так же,

як і в першому варіанті (Змінюється тільки порядок пред'явлення чисел, щоб випробуваний не запам'ятав відповіді).

Третій варіант експерименту проводиться при зорової інформації (учень також складає і віднімає пред'являються на табло цифри), але одночасно при зорових і звукових перешкодах. Як перешкод використовується озвучений кольоровий мультфільм. В решті умови проведення і обробка результатів експерименту ті ж, що в першому і у другому варіанті.

Четвертий варіант. У цьому варіанті інформація дається на слуховий аналізатор (в навушники). Учень повинен виконати подібну програму (додавати і віднімати прості числа). Програма складається також з 10 прикладів. У кожному прикладі треба виконати додавання чи віднімання 10 простих (в межах 5) чисел. програма записана на магнітну плівку: числа називаються голосом, знак «+» подається у вигляді високого звуку, а знак «-» - у вигляді низького звуку.

При проведенні цього експерименту вивчається стійкість школярів при інформації, що надходить на слуховий аналізатор, і зорових перешкодах, а також фіксується, як позначається на вольової активності школярів темп пропонованої інформації.

Експеримент складається з 5 серій. У всіх серіях дається одна і та ж програма (змінюються місцями тільки арифметичні приклади). Експеримент проводиться після відповідного тренування. Після кожної серії дається відпочинок. Всі обчислення здійснюються випробуваним в розумі, і тільки кінцевий результат кожного прикладу записується на папері.

Перша серія проводиться в нормальному, звичайному для учня темпі (встановлюється емпірично), без перешкод. У цій серії, як і в наступних, перед випробуваним ставиться задача: вирішити всі приклади без помилок.

Друга серія проводиться в дуже повільному темпі. Кожне наступне число називається через 6 с. Випробуваному доводиться докладати чималих зусиль, щоб утримати в свідомості отриманий результат і провести подальшу дію.

Третя серія проводиться в дуже швидкому темпі (числа і звуки пред'являються через кожну секунду). Оскільки результати від додавання і віднімання не перевищують 5, випробовувані встигають зробити необхідні дії, але швидкий темп змушує їх постійно перебувати у великому напруженні.

Четверта серія схожа на першу, але в цій серії даються тільки зорові перешкоди.

Учням демонструється кольоровий мультфільм (з вимкненим звуком). Після четвертої повністю повторюється перша серія. Вона включена в експеримент для того, щоб при порівнянні результатів по можливості виключити фактор втоми. Результати другий, третій і четвертій серій порівнюються з усередненими результатами першої та п'ятої серій.

2.8. Оцінка сили та тривалих вольових зусиль за А. Н. Шадріним.

(Ільїн Е. П. Психологія волі. - СПб .: Видавництво «Пітер», 2000. - 288 с., бланк, ключ - див. «Додаток 7.»)

Обладнання: в якості темпо-датчиків використовуються світло- і звуколідери, метроном або будь-подібний пристрій. Для реєстрації пульсу необхідний пульс-тахометр.

Новизна підходу полягає у відмові від оцінки суб'єктивних відчуттів випробуваного,зазвичай виражаються в словесних формах типу «втомився», «дуже втомився», «скоро не зможу» і т.д.

В основу пропонованої методики покладено обчислення прискорення частоти серцевих скорочень в період наростаючого м'язового стомлення з моменту закінчення істинного стійкого стану при пульсі 170 уд/хв до моменту відмови від продовження заданої роботи. Істинно стійкий стан - фізіологічне поняття, що означає, що між приходом і витратою кисню в організмі під час м'язової роботи існує баланс, тобто скільки потрібно, стільки і споживається. Однак цей стан не може тривати довго - і організм починає працювати за рахунок анаеробних біохімічних процесів, тобто таких, які дають енергію для продовження роботи без використання кисню.

Чим довше триває робота, тим все більше наступає дисбаланс між необхідним і наявним рівнем кисню в організмі. Цей період анаеробного режиму характеризується високим ступенем напруги систем життєзабезпечення організму і пов'язаний зі зростанням неприємного переживання, подолання якої вимагає від спортсмена значного вольового зусилля.

Випробовувані, що входять в дослідну групу, по черзі виконують заздалегідь визначене рівномірне навантаження, яка може задаватися в степ-тесті, на ве-лоергометрі, у вигляді бігу на тредбані, стрибків з низького присіду. Величина навантаження підбирається з таким розрахунком, щоб вона викликала наростаюче стомлення і перехід роботи з аеробної фази в анаеробну. При цьому випробовуваний повинен виконувати поставлені умови, що визначають темп і якість виконуваних рухів. Метою такого навантаження є поступове збільшення частоти серцевих скорочень у випробуваного до 170 уд/хв, що характеризує закінчення стійкого стану.

Після досягнення вищевказаного пульсового режиму пускається секундомір і починається відлік часу до моменту, коли випробуваний відмовиться продовжувати роботу або не зможе підтримувати заданий темп. В якості темпо-датчика можуть бути використані світло- і звуколідери, метроном або будь який подібний пристрій.

Реєстрацію пульсу зручно здійснювати за допомогою пульс-тахометра. В момент припинення випробуваним роботи дослідник повинен зареєструвати у нього частоту серцевих скорочень.

Візуальні спостереження за вегетативними зрушеннями в організмі - задишкою, забарвленням шкірного покриву, ступенем потовиділення - і наступне опитування з зіставленням емоціональних проявів у випробуваного в реєстрований період роботи дозволяє зробити попередні висновки про те, наскільки була виражена втома і яке зусилля волі було докладено для подолання об'єктивних труднощів.

2.9. Анкета «саморегуляції проявів ліні» Д. А. Богданової і С. Т. Посохової.

(Ільїн Е. П. Робота і особистість. Трудоголізм, перфекціонізм, лінь/ Є. П. Ільїн. - СПб. : Пітер, 2011. - (Майстри психології)., бланк, ключ - див. «Додаток 8.»)

Призначення. Анкета призначена для виявлення рівня саморегуляції підлітків в найбільш поширених ситуаціях прояви ліні.

Стимульний матеріал. Для одноразового обстеження однієї людини необхідно мати бланк із зазначенням 13 найбільш характерних для підлітків ситуацій прояви ліні з варіантами вибору відповіді для кожної з них: «треба», «не треба», «буду», «не буду».

Інструкція: «Уявіть собі, що закінчився шкільний день і ви отримали домашнє завдання по предмету, до якого належите нейтрально. Тепер подивіться на бланк анкети. Ви бачите 13 ситуацій, в яких ви можете опинитися. Втома значить, що ви втомилися. Нецікаве справа означає, що домашнє завдання вам не цікаво і т. Д. Ваше завдання - визначити, чи потрібно в кожній з цих ситуацій робити домашнє завдання ».

Процедура обстеження. Обстежуваним пропонується бланк для відповідей з 13 найбільш типовими ситуаціями прояви ліні: а) при виконанні навчального завдання і б) в розважальній діяльності. Завдання кожного обстежуваного полягає в тому, щоб визначити, чи потрібно виконувати це навчальне завдання, з одного боку, і розважальну діяльність, з іншого боку, в даній ситуації і чи буде конкретно він (а) виконувати їх.

Методика допускає індивідуальне та групове обстеження. Час виконання завдання - 15-20 хв.

Реєстровані показники:

• загальна здатність до саморегуляції;

• здатність до саморегуляції в навчальній ситуації;

• здатність до саморегуляції в розважальній ситуації.

2.10. Тест-опитувальник «Дослідження вольової саморегуляції».

(Лабораторія інтерактивної психодіагностики, 2009-2013/ Збірник психологічних тестів/ «Тест-опитувальник А.В. Звєрькова і Є.В. Ейдман «Дослідження вольової саморегуляції»., бланк, ключ - див. «Додаток 9.»)

Авторами методики являються А.В. Звєрькова і Є.В. Ейдман.

Мета дослідження: визначити рівень розвитку вольової саморегуляції.

Процедура дослідження:

Дослідження вольової саморегуляції за допомогою тест-опитувальника проводиться або з одним випробуваним, або з групою. Щоб забезпечити незалежність відповідей випробуваних, кожен отримує текст опитувальника, бланк для відповідей, на якому надруковані номери питань і поруч з ними графа для відповіді.

Інструкція. «Вам пропонується тест, який містить 30 тверджень. Уважно прочитайте кожне і вирішіть, вірно чи невірно дане твердження по відношенню до Вас. Якщо вірно, то в аркуші для відповідей проти номера цього твердження поставте знак «плюс» (+), а якщо вважаєте, що воно по відношенню до Вас невірно, то «мінус» (-).»

2.11. Шкала оцінки потреби в досягненні.

(Карелін А. Велика енциклопедія психологічних тестів. - М .: Ексмо, 2007. - 416 с. (С. 20-21), бланк, ключ - див. «Додаток 10.»)

Методика створена Орловим Ю.М. Мотивація досягнення - прагнення до поліпшення результатів, незадоволеність досягнутим, наполегливість у досягненні своїх цілей, прагнення домогтися свого - є одним з головних властивостей особистості, що впливають на все людське життя.

Численні дослідження показали тісний зв'язок між рівнем мотивації досягнення і успіхом в життєдіяльності. І це не випадково, бо доведено, що люди, що володіють високим рівнем цієї самої мотивації, шукають ситуації досягнення, впевнені в успішному результаті, шукають інформацію для судження про свої успіхи, готові прийняти на себе відповідальність, рішучі в

невизначених ситуаціях, виявляють наполегливість у прагненні до мети, отримують задоволення від вирішення цікавих завдань, не втрачаються в ситуації змагання, показують велику наполегливість при зіткненні в перешкодами.

Виміряти рівень мотивації досягнення можна за допомогою розробленої шкали - невеликого тесту-опитувальника.

Шкала складається з 22 суджень, з приводу яких можливі 2 варіанти відповідей - "так" або "ні". Відповіді, що збігаються з ключовими (за кодом) підсумовуються (по балу за кожну відповідь).

2.12. Корекційні методики.

Таблиця тематичного плану корекційної роботи № 2.12.1

№ заняття	Вправи	Тема заняття	Дата	Кількість годин	Відповідальні
Перший зріз			14.03.16р - 18.03.16р.	1	Директор ЗОШ №20, Кіта Л.Б., класний керівник, шкільний психолог Литовченко Т.С., студент-психолог Вишневська Л.О.
1	• "Твір історій". • "Побудувати по зростанню з закритими очима". • "Моє ім'я". • "Мої інтереси". • "Ти мені я тобі".	• знайомство з учасниками групи; • виявлення рівня первинних взаємин.	21.03.16р.	1,5	
2	• спонукання бажання взаємодіяти, співпрацювати; • зняття тривожності і невпевненості в собі.	• спонукання бажання взаємодіяти, співпрацювати; • зняття тривожності і невпевненості в собі.	22.03.16р.	1	
3	• "Фіксація" Я ". • "Переконання". • "Як ви ставитеся до помилок". Тест "Перевірте впевненість в собі".	• розвинути вміння діяти адекватно і ефективно в різних психічних станах; • розвинути вміння виявляти сильні сторони своєї	23.03.16р.	2	

	• Інформування. • "Подолання сумнівів у своїй у своїй силі". • "Впевненість в собі". • "Затвердження".	особистості і спиратися на них; • ознайомитися з технікою формування позитивної самооцінки і готовності нести відповідальність за свої вчинки.			
4, 5	• Інформування. • "Постав собі за мету". • "Список цілей". • "Мої ресурси".	• сформувати вміння самостійно ставити перед собою цілі і визначати шляхи їх досягнення; • допомогти кожному учаснику мотивувати себе на виконання бажаного; • сформувати почуття власної значущості, підвищити самооцінку.	24.03.16р.	2	
6,7	• Структура заняття: • Обговорення проблеми "Мої труднощів в самореалізації". • Методика "Епітафія". • Процедура "Усвідомлення життєвих криз". Аутотренінг "Вольовий настрій на інтенсивне навчання".	• допомогти кожному підлітку осмислити життєві кризи; • відпрацювати установку на їх прийняття; • надати психологічну допомогу всім, особливо тим, хто цього потребує; • розвинути емоційну стійкість.	25.03.16р.	2	
8	• «Чарівний магазин». • «Хода». • «Хто як себе поведе».	• розвиток навичок спільної діяльності; • розуміння індивідуальних особливостей людей.	28.03.16р.	1,5	

	• «Автопортрет».				
9	• «Комплімент». • «Смак в їжі». • «На кого я схожий?» • "Ха!" І "Ах!"	• формування доброзичливого ставлення до людей; • розвиток почуття спільності.	04.04.16р	1,5	
10	• Завершення занять. • "Сполучна нитка".	• Осмислення якісних змін, які відбулися з групою і окремими учасниками.	05.04.16р	1	
Повторний зріз			06.04.16р-13.04.16	1	

Авторська корекційно-розвиваюча програма, спрямована на підвищення мотивації досягнення успіху у дітей підліткового віку.

Автор: Топоева Ірина Ірмаківна, педагог-психолог.

(ВД «Первое сентября»/ 2003-2016/ Оргкомітет фестивалю «Відкритий урок»/ Шкільна психологічна служба/ «Корекційно-розвиваюча програма, спрямована на підвищення мотивації досягнення успіху у дітей підліткового віку»., зміст ігор та вправ - див. «Додаток 11.»)

Вступ

Проблема мотивації і мотивів поведінки і діяльності - одна із стрижневих у психології. Теоретичні джерела з проблеми мотивації і мотивів демонструють розмаїття точок зору на їх природу, що змушує деяких психологів говорити про практичну нерозв'язності проблеми. Одним з найважливіших питань мотивації діяльності людини є причинне пояснення її вчинків. Один з напрямків у вирішенні даного питання пов'язане зі спробою зрозуміти, яким чином людина мотивується в діяльності, спрямованої на досягнення успіхів, і як вона реагує на спіткали її невдачі. Факти, отримані в психології, говорять про те, що мотивації досягнення успіху і уникнення невдачі є важливими і відносно незалежними видами людської мотивації.

Найважливішу роль в розумінні того, як людина буде виконувати ту чи

іншу діяльність, особливо в тому випадку, коли поруч з нею хтось ще займається тією ж самою справою, крім мотиву досягнення грає тривожність. При оцінці стану проблеми тривожності в психологічній науці відзначаються дві, на перший погляд, взаємовиключні тенденції. З одного боку, посилання на нерозробленість і невизначеність, багатозначність і неясність самого поняття "тривожність" як в нашій країні, так і за кордоном чи не обов'язкові для робіт, присвячених проблемі тривожності. Вказується, що під даним терміном часто розуміються достатньо різнорідні явища і що значні розбіжності у вивченні тривожності існують не тільки між різними школами, але і між різними авторами усередині одного напрямку, підкреслюється суб'єктивність використання даного терміну. З іншого боку, між дослідниками існує згода по ряду основних моментів, що дозволяють окреслити деякі "загальні контури" тривожності (розгляд її в співвідношенні "стан - властивість", розуміння функцій стану тривоги і стійкої тривожності і ін.) І виділити тривожний тип особистості.

У вітчизняній психології дослідження з даної проблеми досить рідкісні і носять розрізнений і фрагментарний характер. У зв'язку з цим представляється актуальним вивчення проблеми впливу рівня тривожності на мотивацію успіху, уникнення невдачі у підлітків.

Об'єкт дослідження: емоційні відхилення як негативний стан, що виникає через незадоволення будь-яких важливих потреб або конфліктів між ними.

Предмет дослідження: рівні тривожності і мотивації успіху, уникнення невдачі у підлітків.

Мета дослідження: вивчити і виявити вплив рівня тривожності на мотиваційну сферу у підлітків.

Завдання дослідження.

1. Вивчити проблему мотивації досягнення успіху, уникнення невдачі в психології.

2. Визначити рівні тривожності у підлітків.

3. Визначити рівні мотивації досягнення успіху, уникнення невдачі у підлітків.

4. Виявити вплив рівня тривожності на мотиваційну сферу підлітків.

5. Розробити корекційно-розвиваючу програму, спрямовану на підвищення мотивації досягнення успіху у дітей підліткового віку.

Методологічна основа дослідження:

- положення А.М. Прихожан про те, що тривожність є стійке особистісне утворення, що зберігається протягом тривалого часу, переживанні емоційного дискомфорту;
- положення Л.С. Виготського про те, що афективний характер відносин дитини до середовища розглядається у вигляді переживань, які виступають в якості показника взаємин дитини з середовищем і служать відображенням його соціальної ситуації розвитку;
- положення Л.І. Божович про те, що мотивація являє собою "сплав" рушійних сил поведінки суб'єкта у вигляді потреб, інтересів, включень, цілей, ідеалів детермінують людську діяльність.

Методи дослідження:

1) теоретичні: аналіз психолого-педагогічної літератури з проблеми дослідження;

2) емпіричні: взято результати дослідження - Опитувальник шкільної тривожності Філліпса; Шкала оцінки потреби в досягненні Орлова Ю.М.

Практична значущість нашого дослідження полягає в тому, що була розроблена корекційно-розвиваюча програма, спрямована на підвищення мотивації досягнення успіху у дітей підліткового віку. Дану програму можна використовувати психологами, соціальними педагогами та вчителями загальноосвітніх школи у виховному процесі.

Надійність і достовірність даних отриманих в роботі забезпечується застосуванням методик, адекватних меті і об'єкту дослідження, методологічного апарату психологічної науки, кількісним аналізом емпіричного матеріалу.

Емпірична база дослідження: Черкаська спеціалізована школа № 20.

Корекційно-розвиваюча програма, спрямована на підвищення мотивації досягнення успіху у дітей підліткового віку.

Мета програми: підвищення мотивації досягнення успіху у дітей підліткового віку.

Завдання програми:

- підвищення рівня самооцінки підлітків;
- прищеплення навичок самостійності;
- підвищення рівня соціалізації;
- активізація процесу самопізнання, самоактуалізації, мотивації досягнення успіху.

Корекційно-розвиваючу програму доцільно засновувати на наступних принципах:

Принцип системності корекційних, профілактичних і розвивальних завдань. Цей принцип вказує на необхідність присутності в корекційній програмі завдань трьох видів: корекційних (виправлення відхилень і порушень розвитку, вирішення труднощів розвитку); профілактичних (попередження відхилень і труднощів у розвитку); розвиваючих (оптимізація, стимулювання, збагачення змісту розвитку).

Діяльнісний принцип корекції. Теоретичною основою для формулювання зазначеного принципу є теорія психічного розвитку дитини, розроблена в працях О.М. Леонтьєва, Д.Б. Ельконіна, центральним моментом якої є положення про роль діяльності в психічному розвитку дитини. Діяльнісний принцип корекції визначає тактику проведення корекційної роботи, шляхи та способи реалізації поставлених цілей.

Принцип обліку вікових і психологічних та індивідуальних особливостей клієнта. Цей принцип погодить вимоги відповідності ходу психічного і особистісного розвитку клієнта нормативному розвитку, з одного боку, і визнання безперечного факту унікальності і неповторності конкретної

шляху розвитку особистості - з іншого. Нормативність розвитку слід розуміти як послідовність вікових змін, вікових стадій онтогенетичного розвитку.

Принцип комплексності методів психологічного впливу. Будучи, одним з найбільш очевидних принципів побудови корекційно-розвивальних програм, цей принцип стверджує необхідність використання всього різноманіття методів, технік і прийомів з арсеналу практичної психології.

Принцип ускладнення. Кожне завдання має відбуватися ряд етапів: від мінімально простого - до максимально складного. Формальна складність матеріалу не завжди збігається з його психологічною складністю. Найбільш ефективна корекція на максимальному рівні труднощі доступна конкретній людині. Це дозволяє підтримувати інтерес в корекційній роботі і дає можливість підлітку відчути радість подолання.

Облік обсягу і ступеня різноманітності матеріалу. Під час реалізації корекційної програми необхідно переходити до нового обсягом матеріалу тільки після відносної сформованості того чи іншого вміння. Збільшувати обсяг матеріалу і його різноманітність необхідно поступово.

Облік емоційної складності матеріалу. Проведені ігри, вправи, пропонований матеріал повинні створювати сприятливий емоційний фон, стимулювати позитивні емоції. Корекційна заняття обов'язково має завершуватися на позитивному емоційному тлі.

Використовувані засоби: групові дискусії, міні-лекцію, рольові ігри, ігри на інтенсивне фізичне взаємодія, робота в парах і т.д.

У груповій дискусії учасники групи мають можливість висловити свою думку з обговорюваної проблеми. Тут вони вчаться формулювати свої думки, аргументувати свою думку, сперечатися, не ображаючи своїх опонентів, критикувати точку зору інших, не переходячи на "особистості".

Після кожної гри проводиться обговорення. Учасники діляться враженнями про те, як вони себе відчували в тій чи іншій ролі, мотивуючи вчинки. Це дає можливість розвивати психологічну спостережливість, навчитися пояснювати поведінку інших людей, дивитися на міжособистісну

ситуацію очима партнера.

Ігри на інтенсивну фізичну взаємодію служать для посилення інтересу учнів, підвищення працездатності, зняття напруги, відпочинку, поліпшення взаємин у групі. У деяких випадках ці вправи можуть бути безпосередньо пов'язані з темою заняття і використовуватися в якості робітників.

Корекційно-розвиваюча програма передбачає три етапи:

1 етап – орієнтовний.

Мета: активізація і зближення членів групи, встановлення продуктивного контакту педагога з групою.

Цей етап передбачає два заняття. Для вирішення поставлених завдань нами були запропоновані наступні вправи по зняттю напруги, скорочення емоційної дистанції і спонукання бажання співпрацювати:

Заняття 1. Завдання:

- знайомство з учасниками групи;
- виявлення рівня первинних взаємин.

Структура заняття:

- "Твір історій".
- "Побудувати по зростанню з закритими очима".
- "Моє ім'я".
- "Мої інтереси".
- "Ти мені я тобі".

Заняття 2. Завдання:

- спонукання бажання взаємодіяти, співпрацювати;
- зняття тривожності і невпевненості в собі.

Структура заняття:

- "Привітання".
- "Треба розташується в шеренги так, щоб ...".
- "Ніхто і не знає ..."

- "Поводир".

2 етап – орієнтовний.

Мета: підвищення мотивації досягнення успіху у дітей підліткового віку.

Даний етап включає в себе проведення 7 групових занять.

Заняття 3. "Розвиток впевненості в собі". Завдання:

- розвинути вміння діяти адекватно і ефективно в різних психічних станах;
- розвинути вміння виявляти сильні сторони своєї особистості і спиратися на них;
- ознайомитися з технікою формування позитивної самооцінки і готовності нести відповідальність за свої вчинки.

Структура заняття:

- "Фіксація" Я ".
- "Переконання"
- "Як ви ставитеся до помилок". Тест "Перевірте впевненість в собі"

Інформування:

- "Подолання сумнівів у своїй у своїй силі".
- "Впевненість в собі"
- "Затвердження"

Заняття 4, 5. "Визнач свою життєву мету". Завдання:

- сформувати вміння самостійно ставити перед собою цілі і визначати шляхи їх досягнення;
- допомогти кожному учаснику мотивувати себе на виконання бажаного;
- сформувати почуття власної значущості, підвищити самооцінку.

Структура заняття:

- Інформування.
- "Постав собі за мету".
- "Список цілей".

- "Мої ресурси".

Заняття 6, 7. "Подолання життєвих криз". Завдання:

- допомогти кожному підлітку осмислити життєві кризи;
- відпрацювати установку на їх прийняття;
- надати психологічну допомогу всім, особливо тим, хто цього потребує;
- розвинути емоційну стійкість.

Технічне оснащення: магнітофон.

- Структура заняття:
- Обговорення проблеми "Мої труднощів в самореалізації".
- Методика "Епітафія".
- Процедура "Усвідомлення життєвих криз".
- Аутотренінг "Вольовий настрій на інтенсивне навчання".

Заняття 8. Завдання:

- розвиток навичок спільної діяльності;
- розуміння індивідуальних особливостей людей.

Структура заняття:

- «Чарівний магазин».
- «Хода».
- «Хто як себе поведе».
- «Автопортрет».

Заняття 9. Завдання:

- формування доброзичливого ставлення до людей;
- розвиток почуття спільності.

Структура заняття:

- «Комплімент».
- «Смак в їжі».
- «На кого я схожий?»

- "Ха!" І "Ах!"

3 етап – заключний.

Мета: закріпити отримані знання.

Цей етап включає 1 заняття.

Заняття 10. Рефлексія події в тренінгу. Завдання:

- Осмислення якісних змін, які відбулися з групою і окремими учасниками.

Структура заняття:

- Завершення занять.
- "Сполучна нитка".

Дана програма складається з 10 занять, тривалістю 1,5-2 години, які передбачається проводити по декілька разів в тиждень, протягом 2-3 тижнів. Для виявлення рівня тривожності підлітків, ми скористалися опитувальником шкільної тривожності Філліпса. За результатами методики, ми з'ясували, що найбільше піддослідних підлітків виявилося із середнім рівнем тривожності.

Для вимірювання мотивації досягнення ми скористалися шкалою оцінки потреби в досягненні Орлова Ю.М. За результатами методики ми бачимо, що, у підлітків більш виражений середній рівень мотивації досягнення.

На основі отриманих даних в ході дослідження була задіяна корекційно-розвиваюча програма, спрямована на підвищення мотивації досягнення успіху у дітей підліткового віку.

Висновки до 2 розділу.

Для діагностики розвитку мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактору успішності діяльності, були використані такі психодіагностичні методики, як:

1. Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна (Методика дослідження вольової організації особистості / Твоя професійна кар'єра: Учеб. Для 8-11 кл. загальноосвіт. Установ /М.С. Гуткин, Г.Ф. Михальченко, А.В. Ставків і ін .; Під ред. С.Н. Частковий, Т.І. Шалавін. - М .:

Просвещение, 2000. - 191с. - с.175-182) [38];

2. Вивчення довільного самоконтролю (Ільїн Е. П./ Психологія волі. 2-ге вид. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];

3. Опитувальник для оцінки своєї наполегливості (Ільїн Е. П. Психологія волі. 2-е изд. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];

4. Опитувальник для оцінки своєї завзятості (Ільїн Е. П./ Психологія волі. 2-ге вид. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];

5. Шкала оцінки потреби в досягненні.(Карелін А. Велика енциклопедія психологічних тестів. - М .: Ексмо, 2007. - 416 с. (С. 20-21) [27].

Була використана авторська корекційно-розвиваюча програма Топоєвої І.І., спрямована на підвищення мотивації досягнення успіху у дітей підліткового віку. Програма складається з 10 занять, тривалістю 1,5-2 години, які передбачається проводити по декілька разів в тиждень, протягом 2-3 тижнів.

Метою програми було підвищення мотивації досягнення успіху у дітей підліткового віку.

Завдання програми:

- підвищення рівня самооцінки підлітків;
- прищеплення навичок самостійності;
- підвищення рівня соціалізації;
- активізація процесу самопізнання, самоактуалізації, мотивації досягнення успіху.

Розділ 3. Емпіричне дослідження мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактор успішності діяльності.

3.1. Організація емпіричного дослідження.

Ми проводили емпіричне дослідження в ЗОШ № 20, м. Черкаси.

Кількість випробуваних становила 20 осіб віком 14 років. Учні 8-Б класу справили враження достатньо успішних, мотивованих до навчальної роботи школярів.

Для проведення нашого емпіричного дослідження ми розділили школярів на 2 групи – експериментальну та контрольну.

Кожна група становила 10 осіб.

Цілі нашого дослідження - вивчити мотиваційно-вольові властивості особистості як фактор успішності діяльності, методи діагностики та методи корекції волі та мотивації у підлітковому віці.

Завданням нашого дослідження:

- спланувати план емпіричного дослідження з кожною групою окремо;
- узгодити план емпіричного дослідження з адміністрацією школи.

Ми провели перший зріз в експериментальній та контрольній групах за такими методиками:

1. Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна (Методика дослідження вольової організації особистості / Твоя професійна кар'єра: Учеб. Для 8-11 кл. загальноосвіт. Установ /М.С. Гуткин, Г.Ф. Михальченко, А.В. Ставків і ін .; Під ред. С.Н. Частковий, Т.І. Шалавін. - М .: Просвещение, 2000. - 191с. - с.175-182) [38];
2. Вивчення довільного самоконтролю (Ільїн Е. П./ Психологія волі. 2-ге вид. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];
3. Опитувальник для оцінки своєї наполегливості (Ільїн Е. П. Психологія волі. 2-е изд. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];
4. Опитувальник для оцінки своєї завзятості (Ільїн Е. П./ Психологія волі. 2-ге вид. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];
5. Шкала оцінки потреби в досягненні.(Карелін А. Велика енциклопедія психологічних тестів. - М .: Ексмо, 2007. - 416 с. (С. 20-21) [27].

Ми провели корекційну роботу з експериментальною групою за авторською корекційно-розвиваючою програмою, спрямованою на підвищення мотивації досягнення успіху у дітей підліткового віку.

(Топоева І. І., ВД «Первое сентября»/ 2003-2016/ Оргкомітет фестивалю «Відкритий урок»/ Шкільна психологічна служба/ «Корекційно-розвиваюча

програма, спрямована на підвищення мотивації досягнення успіху у дітей підліткового віку»., див. Розділ 2. Методи та методики дослідження мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактору успішності діяльності, п. 2.12. Корекційні методики.)

Ми провели контрольний зріз в експериментальній та контрольній групах за такими методиками:

1. Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна (Методика дослідження вольової організації особистості / Твоя професійна кар'єра: Учеб. Для 8-11 кл. загальноосвіт. Установ /М.С. Гуткин, Г.Ф. Михальченко, А.В. Ставків і ін .; Під ред. С.Н. Частковий, Т.І. Шалавін. - М .: Просвещение, 2000. - 191с. - с.175-182) [38];
2. Вивчення довільного самоконтролю (Ільїн Е. П./ Психологія волі. 2-ге вид. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];
3. Опитувальник для оцінки своєї наполегливості (Ільїн Е. П. Психологія волі. 2-е изд. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];
4. Опитувальник для оцінки своєї завзятості (Ільїн Е. П./ Психологія волі. 2-ге вид. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];
5. Шкала оцінки потреби в досягненні.(Карелін А. Велика енциклопедія психологічних тестів. - М .: Ексмо, 2007. - 416 с. (С. 20-21) [27].

Обчислюємо результати дослідження, робимо певні висновки та рекомендації для школярів, батьків, психолога та адміністрації школи.

Таблиця заходів дослідницької роботи № 3.1.1

Експериментальна група				
№	**Дата**	**Захід**	**Місце проведення**	**Відповідальні**
1.	14.03.16р - 18.03.16р.	Первинний зріз: 1. Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна; 2. Вивчення довільного самоконтролю; 3. Опитувальник для оцінки своєї наполегливості; 4. Опитувальник для оцінки своєї завзятості; 5. Шкала оцінки потреби	СШ №20, м. Черкаси	Директор СШ № 20, Кіта Л.Б., класний керівник, шкільний психолог Литовченко Т.С., студент-психолог Вишневська Л.О.

		в досягненні.		
2.	21.03.16р	Корекційна робота – заняття №1, вправа 1,5 год.		
3.	22.03.16р.	Корекційна робота – заняття №2, вправа 1 год.		
4.	23.03.16р.	Корекційна робота – заняття №3, вправа 2 год.		
5.	24.03.16р.	Корекційна робота – заняття №4, 5 вправа 2 год.		
6.	25.03.16р.	Корекційна робота – заняття №6, 7 вправа 2 год.		
7.	28.03.16р.	Корекційна робота – заняття №8, вправа 1,5 год.		
8.	04.04.16р	Корекційна робота – заняття №9, вправа 1,5 год.		
9.	05.04.16р	Корекційна робота – заняття №10, вправа 1 год.		
10.	06.04.16р-13.04.16	Повторний зріз: 1. Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна; 2. Вивчення довільного самоконтролю; 3. Опитувальник для оцінки своєї наполегливості; 4. Опитувальник для оцінки своєї завзятості; 5. Шкала оцінки потреби в досягненні.		
Контрольна група				
№	**Дата**	**Захід**	**Місце проведення**	**Відповідальні**
1.	14.03.16р - 18.03.16р	Первинний зріз: 1. Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна; 2. Вивчення довільного самоконтролю; 3. Опитувальник для оцінки своєї наполегливості; 4. Опитувальник для оцінки своєї завзятості; 5. Шкала оцінки потреби в досягненні.	СШ №20, м. Черкаси	Директор СШ № 20, Кіта Л.Б., класний керівник, шкільний психолог Литовченко Т.С., студент-психолог Вишневська Л.О.
2.	06.04.16р-13.04.16	Повторний зріз: 1. Методика дослідження		

		вольової організації особистості М.С. Гуткіна; 2. Вивчення довільного самоконтролю; 3. Опитувальник для оцінки своєї наполегливості; 4. Опитувальник для оцінки своєї завзятості; 5. Шкала оцінки потреби в досягненні.		

3.2. Емпіричне дослідження мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактор успішності діяльності.

На першому етапі нашого дослідження ми проводили констатуючий експеримент за такими методиками:

1. Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна (Методика дослідження вольової організації особистості / Твоя професійна кар'єра: Учеб. Для 8-11 кл. загальноосвіт. Установ /М.С. Гуткин, Г.Ф. Михальченко, А.В. Ставків і ін .; Під ред. С.Н. Частковий, Т.І. Шалавін. - М .: Просвещение, 2000. - 191с. - с.175-182) [38];
2. Вивчення довільного самоконтролю (Ільїн Е. П./ Психологія волі. 2-ге вид. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];
3. Опитувальник для оцінки своєї наполегливості (Ільїн Е. П. Психологія волі. 2-е изд. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];
4. Опитувальник для оцінки своєї завзятості (Ільїн Е. П./ Психологія волі. 2-ге вид. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];
5. Шкала оцінки потреби в досягненні.(Карелін А. Велика енциклопедія психологічних тестів. - М .: Ексмо, 2007. - 416 с. (С. 20-21) [27].

За результатами нашого дослідження ми побудували таблицю № 3.2.1. та діаграму № 3.2.1.

Таблиця № 3.2.1.

«Показники в експериментальній групі за методикою дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна»:

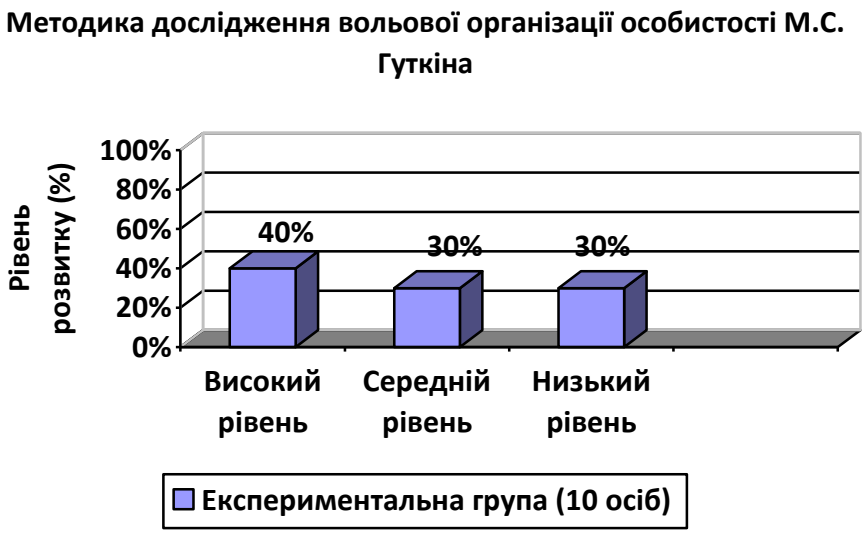
Піддослідні	Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна		
	Результати у балах	**Результати у «%»**	**Рівень (В - високий, С - середній, Н - низький)**
1.	32	22,2	Н
2.	115	79,9	В
3.	48	33,3	Н
4.	140	97,2	В
5.	122	84,7	В
6.	96	66,7	С
7.	137	95,1	В
8.	98	68,1	С
9.	36	25	Н
10.	75	52,1	С

В – високий рівень – 100 - 70 %
С – середній рівень – 69 – 40 %
Н – низький рівень – 39 - 0 %

Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна		
Рівень розвитку	**Кількість осіб**	**Рівень розвитку у «%»**
Високий рівень	4	40%
Середній рівень	3	30%
Низький рівень	3	30%

Діаграма № 3.2.1.

«Показники в експериментальній групі за методикою дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна»:



За результатами нашого дослідження ми побудували таблицю №

3.2.2. та діаграму № 3.2.2.

Таблиця № 3.2.2.

«Показники в експериментальній групі за методикою вивчення довільного самоконтролю»:

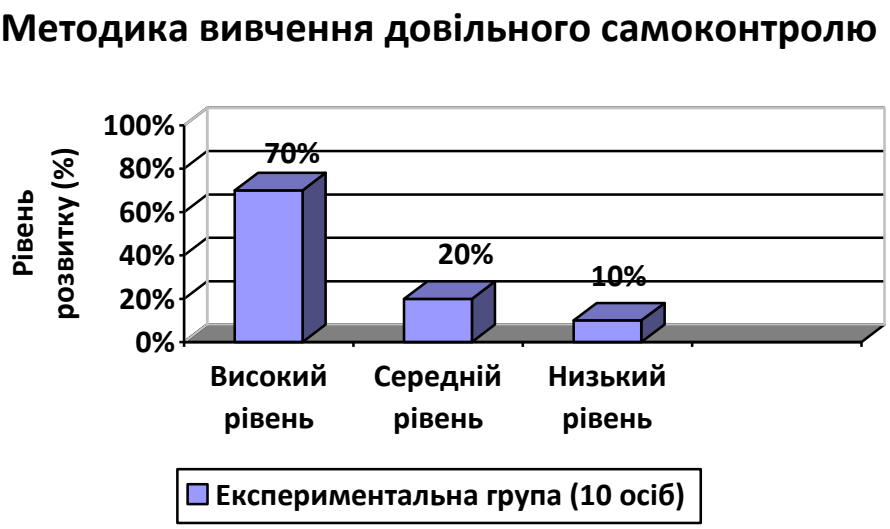
Піддослідні	Методика вивчення довільного самоконтролю		
	Результати у балах	**Результати у «%»**	**Рівень (В - високий, С - середній, Н - низький)**
1.	35	48,6	С
2.	60	83,3	В
3.	46	63,8	С
4.	70	97,2	В
5.	67	93,1	В
6.	54	75	В
7.	71	98,6	В
8.	54	75	В
9.	56	77,8	В
10.	13	18,1	Н

В – високий рівень – 100 - 70 %
С – середній рівень – 69 – 40 %
Н – низький рівень – 39 - 0 %

Методика вивчення довільного самоконтролю		
Рівень розвитку	**Кількість осіб**	**Рівень розвитку у «%»**
Високий рівень	7	70%
Середній рівень	2	20%
Низький рівень	1	10%

Діаграма № 3.2.2.

«Показники в експериментальній групі за методикою вивчення довільного самоконтролю»:



За результатами нашого дослідження ми побудували таблицю № 3.2.3. та діаграму № 3.2.3.

Таблиця № 3.2.3.

«Показники в експериментальній групі за опитувальником для оцінки своєї наполегливості»:

Піддослідні	Опитувальник для оцінки своєї наполегливості		
	Результати у балах	Результати у «%»	Рівень (В - високий, С - середній, Н - низький)
1.	10	55,6	С
2.	10	55,6	С
3.	12	66,6	С
4.	17	94,4	В
5.	18	100	В
6.	9	50	С
7.	11	61,1	С
8.	7	38,9	Н
9.	8	44,4	С
10.	12	66,6	С

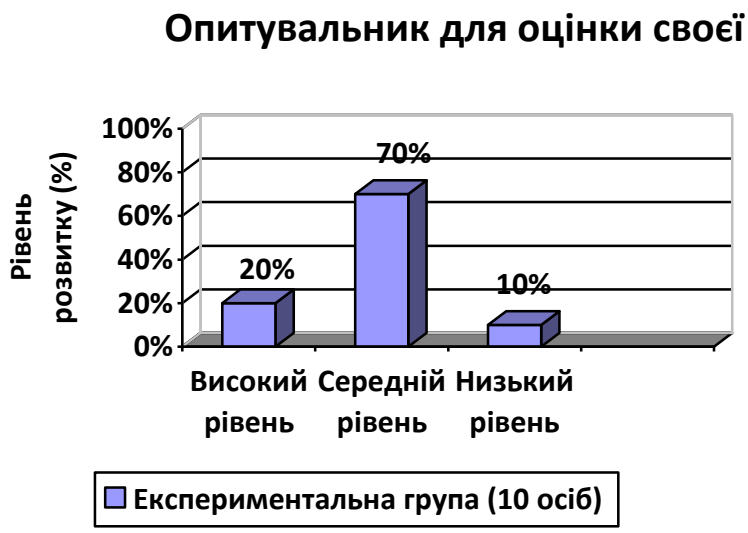
В – високий рівень – 100 - 70 %
С – середній рівень – 69 – 40 %
Н – низький рівень – 39 - 0 %

Опитувальник для оцінки своєї наполегливості		
Рівень розвитку	Кількість осіб	Рівень розвитку у «%»
Високий рівень	2	20%
Середній рівень	7	70%

Низький рівень	1	10%

Діаграма № 3.2.3.

«Показники в експериментальній групі за опитувальником для оцінки своєї наполегливості»:



За результатами нашого дослідження ми побудували таблицю № 3.2.4. та діаграму № 3.2.4.

Таблиця № 3.2.4.

«Показники в експериментальній групі за опитувальником для оцінки своєї завзятості»:

Піддослідні	**Опитувальник для оцінки своєї завзятості**		
	Результати у балах	**Результати у «%»**	**Рівень (В - високий, С - середній, Н - низький)**
1.	10	55,6	С
2.	10	55,6	С
3.	12	66,6	С
4.	17	94,4	В
5.	18	100	В
6.	9	50	С
7.	11	61,1	С
8.	7	38,9	Н
9.	8	44,4	С
10.	12	66,6	С

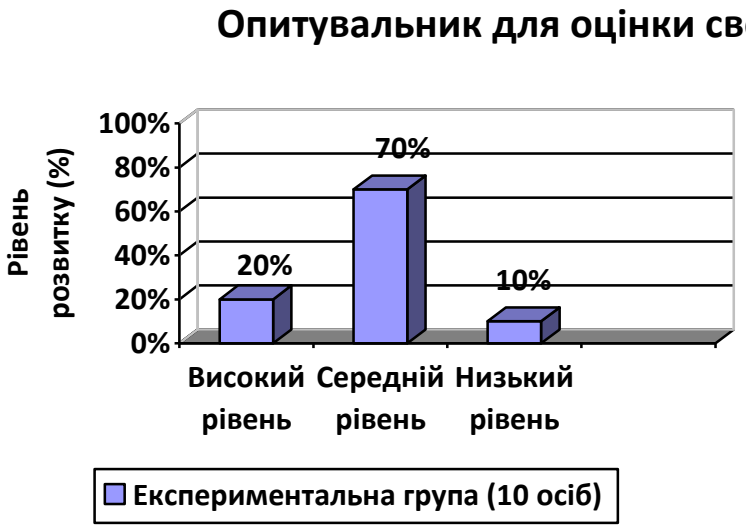
В – високий рівень – 100 - 70 %

С – середній рівень – 69 – 40 %
Н – низький рівень – 39 - 0 %

Опитувальник для оцінки своєї наполегливості		
Рівень розвитку	**Кількість осіб**	**Рівень розвитку у «%»**
Високий рівень	2	20%
Середній рівень	7	70%
Низький рівень	1	10%

Діаграма № 3.2.4.

«Показники в експериментальній групі за опитувальником для оцінки своєї завзятості»:



За результатами нашого дослідження ми побудували таблицю № 3.2.5. та діаграму № 3.2.5.

Таблиця № 3.2.5.

«Показники в експериментальній групі за шкалою оцінки потреби в досягненні»:

Піддослідні	Шкала оцінки потреби в досягненні		
	Результати у балах	**Результати у «%»**	**Рівень (В - високий, С - середній, Н - низький)**
1.	6	60	С
2.	6	60	С
3.	3	30	Н
4.	10	100	В
5.	10	100	В
6.	9	90	В

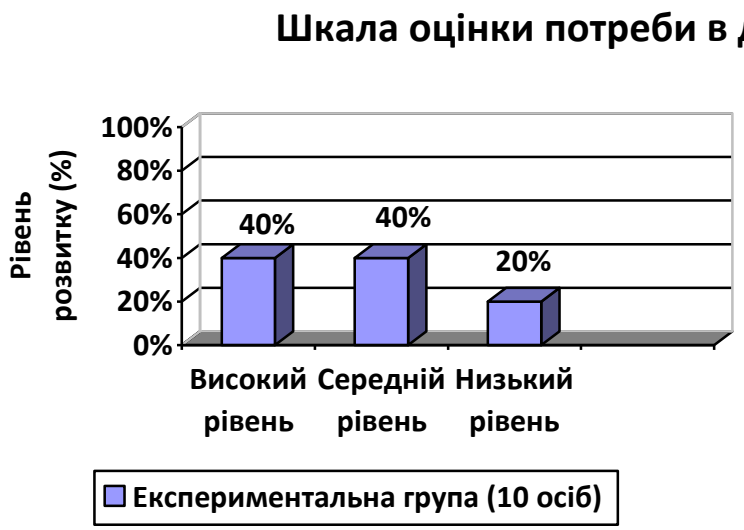
7.	8	80	В
8.	6	60	С
9.	6	60	С
10.	3	30	Н

В – високий рівень – 100 - 70 %
С – середній рівень – 69 – 40 %
Н – низький рівень – 39 - 0 %

Шкала оцінки потреби в досягненні		
Рівень розвитку	**Кількість осіб**	**Рівень розвитку у «%»**
Високий рівень	4	40%
Середній рівень	4	40%
Низький рівень	2	20%

Діаграма № 3.2.5.

«Показники в експериментальній групі за шкалою оцінки потреби в досягненні»:



Таблиця № 3.2.6.

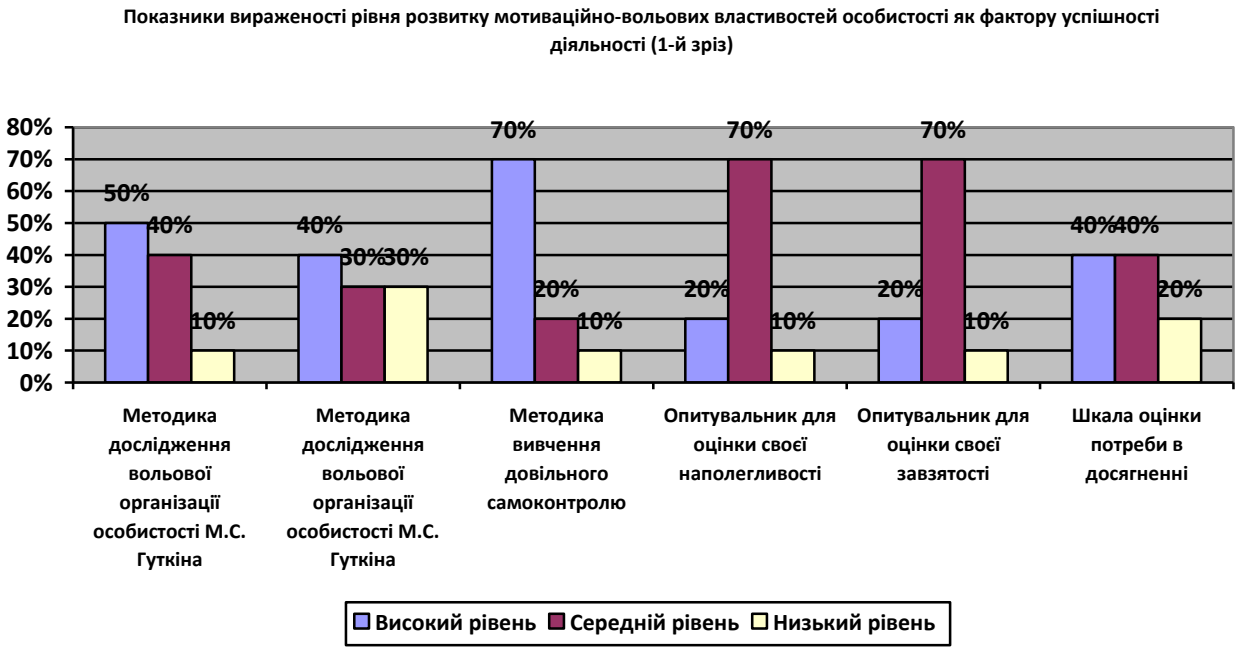
«Показники вираженості рівня розвитку мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактору успішності діяльності»:

Діагностичні методики		**Показники вираженості рівня розвитку**		
		Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
1.	**Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна**	40%	30%	30%
2.	**Методика вивчення довільного самоконтролю**	70%	20%	10%
3.	**Опитувальник для оцінки своєї**	20%	70%	10%

	наполегливості			
4.	**Опитувальник для оцінки своєї завзятості**	20%	70%	10%
5.	**Шкала оцінки потреби в досягненні**	40%	40%	20%

Діаграма № 3.2.6.

«Показники вираженості рівня розвитку мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактору успішності діяльності»:



За результатами нашого дослідження ми побудували таблицю № 3.2.7. та діаграму № 3.2.7.

Таблиця № 3.2.7.

«Показники в контрольній групі за методикою дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна»:

Піддослідні	**Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна**		
	Результати у балах	**Результати у «%»**	**Рівень (В - високий, С - середній, Н - низький)**
1.	127	88,2	В
2.	115	79,9	В
3.	54	37,5	Н
4.	127	88,2	В

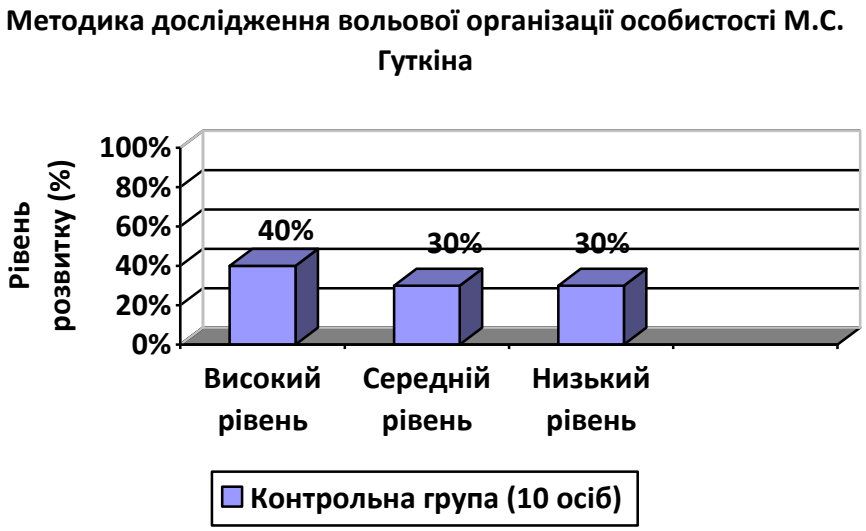
5.	138	95,8	В
6.	45	31,2	Н
7.	32	22,2	Н
8.	98	68,6	С
9.	77	53,5	С
10.	75	52,1	С

В – високий рівень – 100 - 70 %
С – середній рівень – 69 – 40 %
Н – низький рівень – 39 - 0 %

Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна		
Рівень розвитку	**Кількість осіб**	**Рівень розвитку у «%»**
Високий рівень	4	40%
Середній рівень	3	30%
Низький рівень	**3**	**30%**

Діаграма № 3.2.7.

«Показники в контрольній групі за методикою дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна»:



За результатами нашого дослідження ми побудували таблицю № 3.2.8. та діаграму № 3.2.8.

Таблиця № 3.2.8.

«Показники в контрольній групі за методикою вивчення довільного самоконтролю»:

	Методика вивчення довільного самоконтролю		
			Рівень

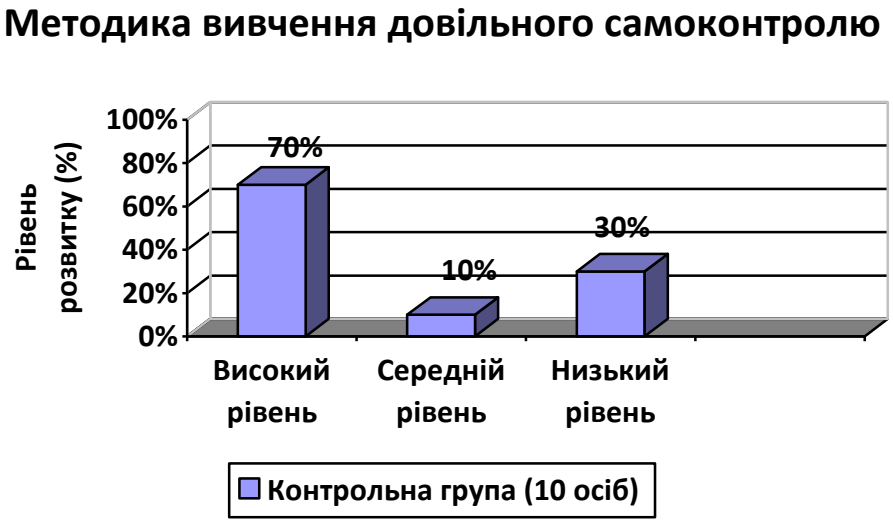
Піддослідні	Результати у балах	Результати у «%»	(В - високий, С - середній, Н - низький)
1.	71	98,6	В
2.	72	100	В
3.	46	63,9	С
4.	70	97,2	В
5.	67	93,1	В
6.	36	50	Н
7.	56	77,7	В
8.	54	75	В
9.	56	77,7	В
10.	34	47,2	Н

В – високий рівень – 100 - 70 %
С – середній рівень – 69 – 40 %
Н – низький рівень – 39 - 0 %

Методика вивчення довільного самоконтролю		
Рівень розвитку	**Кількість осіб**	**Рівень розвитку у «%»**
Високий рівень	7	70%
Середній рівень	1	10%
Низький рівень	3	30%

Діаграма № 3.2.8.

«Показники в контрольній групі за методикою вивчення довільного самоконтролю»:



За результатами нашого дослідження ми побудували таблицю № 3.2.9. та діаграму № 3.2.9.

Таблиця № 3.2.9.

«Показники в експериментальній групі за опитувальником для оцінки своєї наполегливості»:

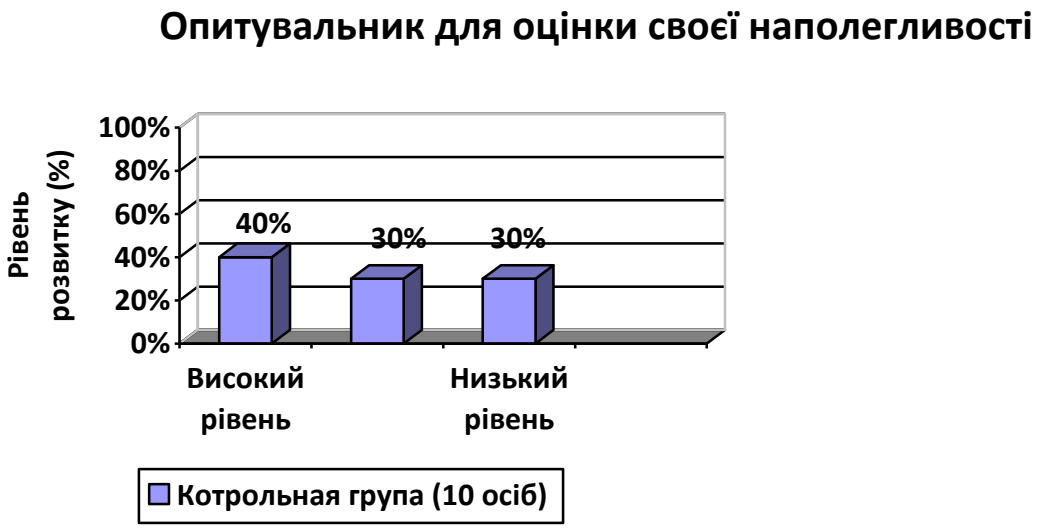
Піддослідні	Опитувальник для оцінки своєї наполегливості		
	Результати у балах	Результати у «%»	Рівень (В - високий, С - середній, Н - низький)
1.	16	88,9	В
2.	15	83,3	В
3.	12	66,7	С
4.	17	94,4	В
5.	13	72,2	В
6.	7	38,9	Н
7.	7	38,9	Н
8.	7	38,9	Н
9.	11	61,1	С
10.	12	66,7	С

В – високий рівень – 100 - 70 %
С – середній рівень – 69 – 40 %
Н – низький рівень – 39 - 0 %

Опитувальник для оцінки своєї наполегливості		
Рівень розвитку	Кількість осіб	Рівень розвитку у «%»
Високий рівень	4	40%
Середній рівень	3	30%
Низький рівень	3	30%

Діаграма № 3.2.9.

«Показники в контрольній групі за опитувальником для оцінки своєї наполегливості»:



За результатами нашого дослідження ми побудували таблицю № 3.2.10. та діаграму № 3.2.10.

Таблиця № 3.2.10.

«Показники в контрольній групі за опитувальником для оцінки своєї завзятості»:

Піддослідні	Опитувальник для оцінки своєї завзятості		
	Результати у балах	Результати у «%»	Рівень (В - високий, С - середній, Н - низький)
1.	18	100	В
2.	12	66,7	С
3.	9	50	С
4.	13	72,2	В
5.	11	61,1	С
6.	11	61,1	С
7.	11	61,1	С
8.	9	50	С
9.	12	66,7	С
10.	6	33,3	Н

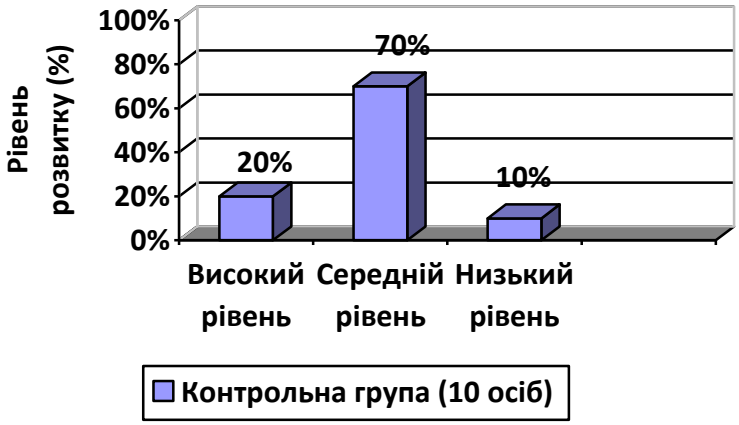
В – високий рівень – 100 - 70 %
С – середній рівень – 69 – 40 %
Н – низький рівень – 39 - 0 %

Опитувальник для оцінки своєї наполегливості		
Рівень розвитку	Кількість осіб	Рівень розвитку у «%»
Високий рівень	2	20%
Середній рівень	7	70%
Низький рівень	1	10%

Діаграма № 3.2.10.

«Показники в контрольній групі за опитувальником для оцінки своєї завзятості»:

Опитувальник для оцінки своєї завзятості



За результатами нашого дослідження ми побудували таблицю № 3.2.11. та діаграму № 3.2.11.

Таблиця № 3.2.11.

«Показники в контрольній групі за шкалою оцінки потреби в досягненні»:

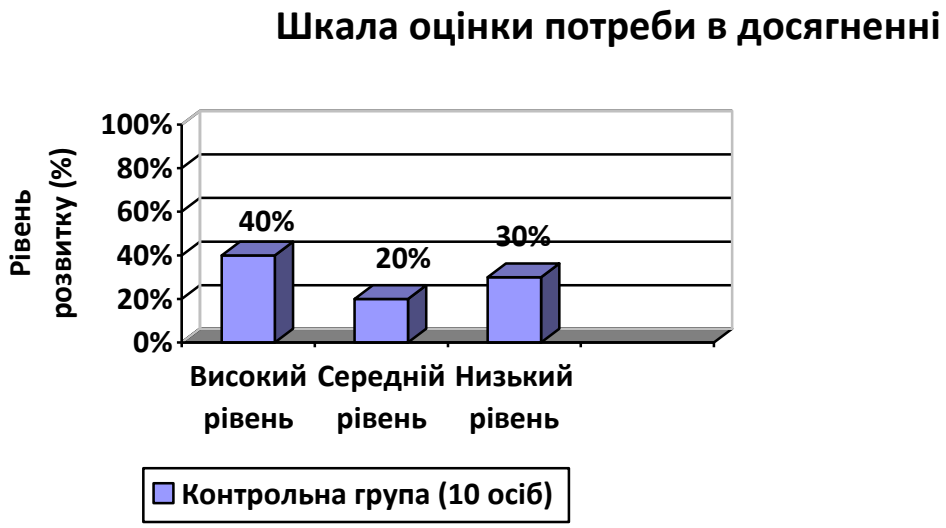
Піддослідні	Шкала оцінки потреби в досягненні		
	Результати у балах	Результати у «%»	Рівень (В - високий, С - середній, Н - низький)
1.	8	80	В
2.	7	70	В
3.	5	50	С
4.	5	50	С
5.	8	80	В
6.	9	90	В
7.	8	80	В
8.	2	20	Н
9.	3	30	Н
10.	3	30	Н

В – високий рівень – 100 - 70 %
С – середній рівень – 69 – 40 %
Н – низький рівень – 39 - 0 %

Шкала оцінки потреби в досягненні		
Рівень розвитку	Кількість осіб	Рівень розвитку у «%»
Високий рівень	5	50%
Середній рівень	2	20%
Низький рівень	3	30%

Діаграма № 3.2.11.

«Показники в контрольній групі за шкалою оцінки потреби в досягненні»:



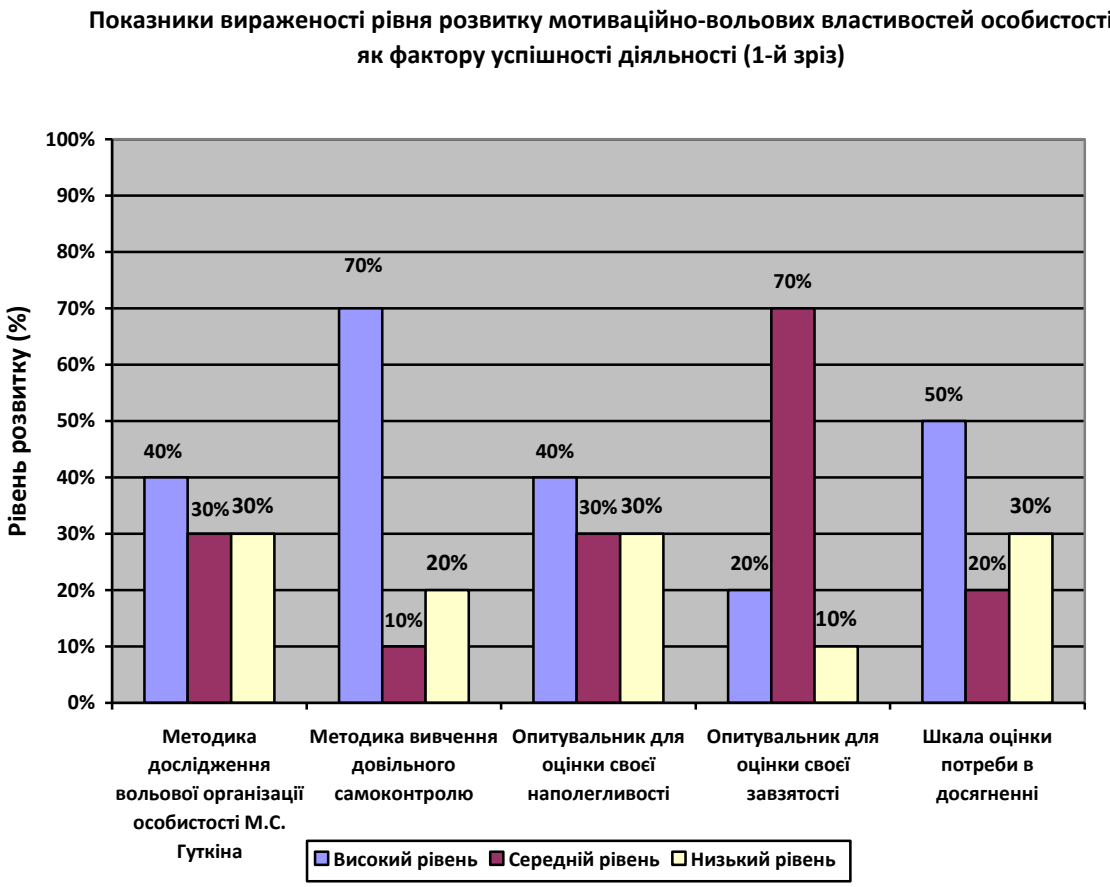
Таблиця № 3.2.12.

«Показники вираженості рівня розвитку мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактору успішності діяльності в контрольній групі»:

	Діагностичні методики	Показники вираженості рівня розвитку		
		Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
1.	**Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна**	40%	30%	30%
2.	**Методика вивчення довільного самоконтролю**	70%	10%	20%
3.	**Опитувальник для оцінки своєї наполегливості**	40%	30%	30%
4.	**Опитувальник для оцінки своєї завзятості**	20%	70%	10%
5.	**Шкала оцінки потреби в досягненні**	50%	20%	30%

Діаграма № 3.2.12.

«Показники вираженості рівня розвитку мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактору успішності діяльності»:



За результатами нашого дослідження, ми побудували таблицю 3.2.13 та діаграму 3.2.13.

Таблиця 3.2.13. Результати констатуючого експерименту в контрольній та експериментальній групі, за психодіагностичними методиками:

1. Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна (Методика дослідження вольової організації особистості / Твоя професійна кар'єра: Учеб. Для 8-11 кл. загальноосвіт. Установ /М.С. Гуткин, Г.Ф. Михальченко, А.В. Ставків і ін .; Під ред. С.Н. Частковий, Т.І. Шалавін. - М .: Просвещение, 2000. - 191с. - с.175-182) [38];
2. Вивчення довільного самоконтролю (Ільїн Е. П./ Психологія волі. 2-ге вид. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];
3. Опитувальник для оцінки своєї наполегливості (Ільїн Е. П. Психологія волі. 2-е изд. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];
4. Опитувальник для оцінки своєї завзятості (Ільїн Е. П./ Психологія волі. 2-ге вид. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];
5. Шкала оцінки потреби в досягненні.(Карелін А. Велика енциклопедія

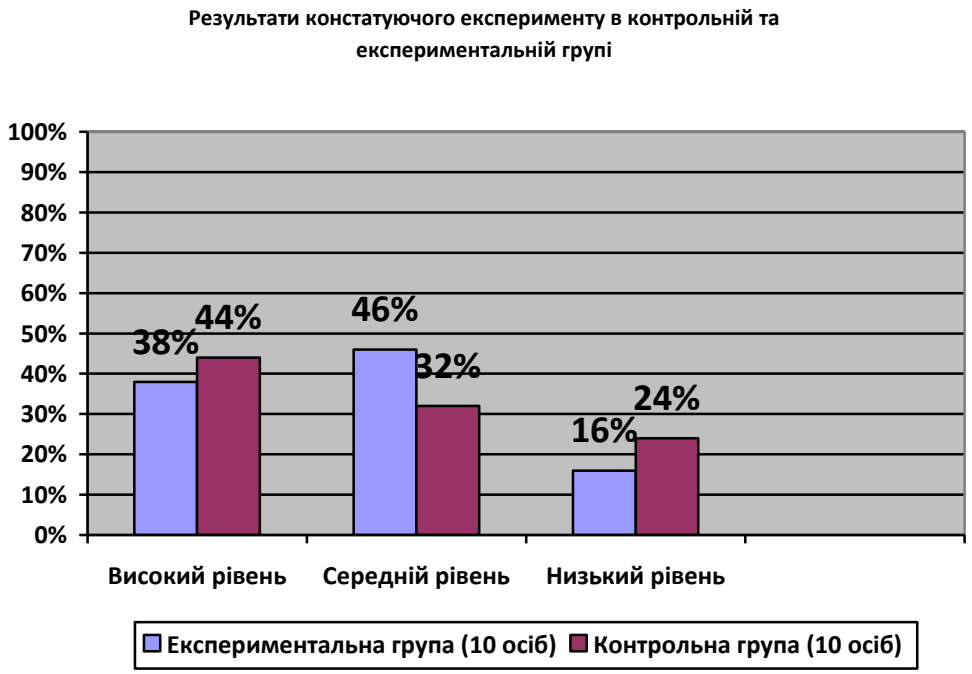
психологічних тестів. - М .: Ексмо, 2007. - 416 с. (С. 20-21) [27].

Рівень розвитку	Констатуючий експеримент	
	Експериментальна група	Контрольна група
Високий	38%	44%
Середній	46%	32%
Низький	16%	24%

В – високий рівень – 100 - 70 %
С – середній рівень – 69 – 40 %
Н – низький рівень – 39 - 0 %

Діаграма 3.2.11. Результати констатуючого експерименту в контрольній та експериментальній групі, за психодіагностичними методиками:

1. Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна (Методика дослідження вольової організації особистості / Твоя професійна кар'єра: Учеб. Для 8-11 кл. загальноосвіт. Установ /М.С. Гуткин, Г.Ф. Михальченко, А.В. Ставків і ін .; Під ред. С.Н. Частковий, Т.І. Шалавін. - М .: Просвещение, 2000. - 191с. - с.175-182) [38];
2. Вивчення довільного самоконтролю (Ільїн Е. П./ Психологія волі. 2-ге вид. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];
3. Опитувальник для оцінки своєї наполегливості (Ільїн Е. П. Психологія волі. 2-е изд. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];
4. Опитувальник для оцінки своєї завзятості (Ільїн Е. П./ Психологія волі. 2-ге вид. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];
5. Шкала оцінки потреби в досягненні.(Карелін А. Велика енциклопедія психологічних тестів. - М .: Ексмо, 2007. - 416 с. (С. 20-21) [27].



Виявилось, що результати в експериментальній та контрольній групах за такими показниками, як високий рівень розвитку мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактор успішності діяльності, середній рівень розвитку та низький рівень розвитку– приблизно однакові та рівномірні.

Також, показники по віку, складу класу, кількістю осіб та національному показнику – однорідні.

3.3. Контрольний зріз. Емпіричне дослідження мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактор успішності діяльності.

З учнями з експериментальної групи була проведена авторська корекційно-розвиваюча програма, спрямована на підвищення мотивації досягнення успіху у дітей підліткового віку.

Метою дослідження було: вивчити і виявити вплив рівня тривожності на мотиваційну сферу у підлітків.

Завданням програми було:

- підвищення рівня самооцінки підлітків;
- прищеплення навичок самостійності;
- підвищення рівня соціалізації;

- активізація процесу самопізнання, самоактуалізації, мотивації досягнення успіху.

Програма складалась із 10 занять, по 1,5-2 години кожне.

Далі ми провели контрольний зріз за такими методиками:

1. Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна (Методика дослідження вольової організації особистості / Твоя професійна кар'єра: Учеб. Для 8-11 кл. загальноосвіт. Установ /М.С. Гуткин, Г.Ф. Михальченко, А.В. Ставків і ін .; Під ред. С.Н. Частковий, Т.І. Шалавін. - М .: Просвещение, 2000. - 191с. - с.175-182) [38];
2. Вивчення довільного самоконтролю (Ільїн Е. П./ Психологія волі. 2-ге вид. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];
3. Опитувальник для оцінки своєї наполегливості (Ільїн Е. П. Психологія волі. 2-е изд. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];
4. Опитувальник для оцінки своєї завзятості (Ільїн Е. П./ Психологія волі. 2-ге вид. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];
5. Шкала оцінки потреби в досягненні.(Карелін А. Велика енциклопедія психологічних тестів. - М .: Ексмо, 2007. - 416 с. (С. 20-21) [27].

За результатами нашого дослідження побудували таблицю № 3.3.1. та діаграму № 3.3.1.

Таблиця № 3.3.1.

«Показники в експериментальній групі за методикою дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна»:

Піддослідні	**Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна (2-й зріз)**		
	Результати у балах	**Результати у «%»**	**Рівень (В - високий, С - середній, Н - низький)**
1.	46	31,9	С
2.	123	85,4	В
3.	70	48,6	В
4.	140	97,2	В
5.	122	87,2	В

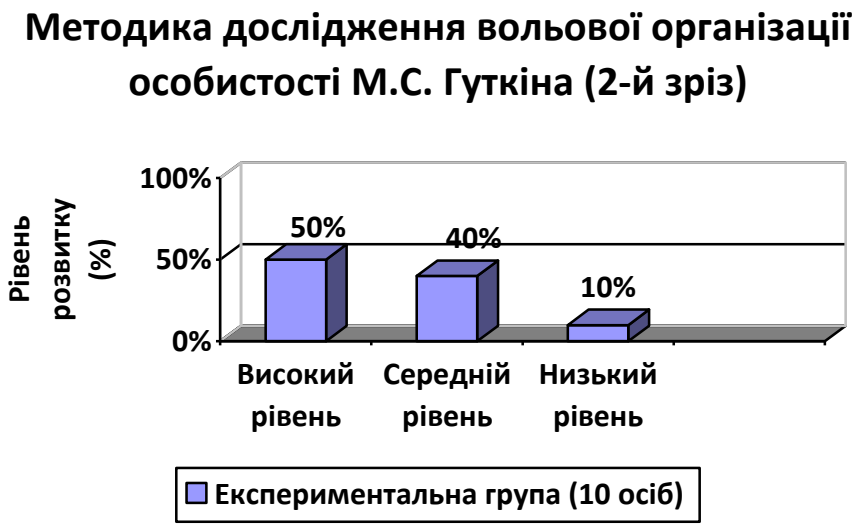
6.	98	68,7	С
7.	142	98,1	В
8.	100	69,4	С
9.	58	40,8	Н
10.	75	52,1	С

В – високий рівень – 100 - 70 %
С – середній рівень – 69 – 40 %
Н – низький рівень – 39 - 0 %

Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна (2-й зріз)		
Рівень розвитку	**Кількість осіб**	**Рівень розвитку у «%»**
Високий рівень	5	50%
Середній рівень	4	40%
Низький рівень	1	10%

Діаграма № 3.3.1.

«Показники в експериментальній групі за методикою дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна»:



За результатами нашого дослідження ми побудували таблицю № 3.3.2. та діаграму № 3.3.2.

Таблиця № 3.3.2.

«Показники в експериментальній групі за методикою вивчення довільного самоконтролю»:

Піддослідні	**Методика вивчення довільного самоконтролю (2-й зріз)**		
	Результати у балах	**Результати у «%»**	**Рівень (В - високий, С - середній, Н - низький)**

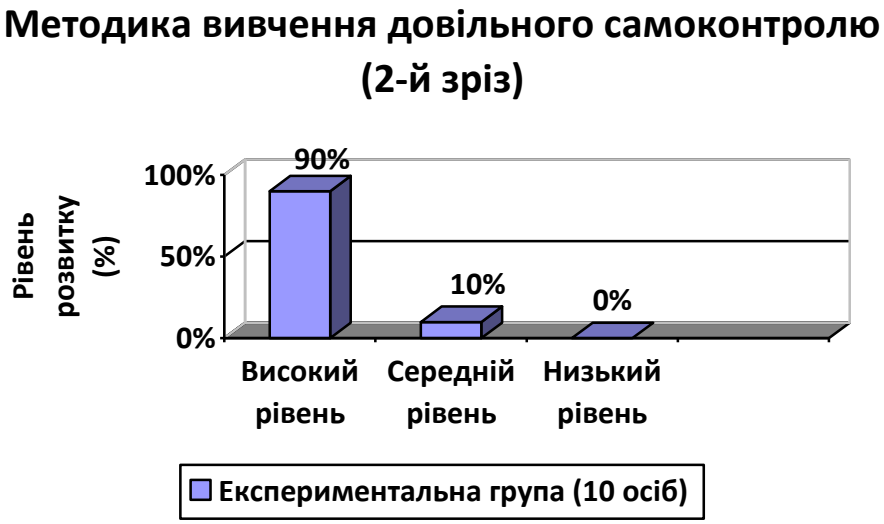
1.	60	83,3	В
2.	72	100	В
3.	60	83,3	В
4.	72	100	В
5.	67	93,1	В
6.	59	81,9	В
7.	71	98,6	В
8.	59	81,9	В
9.	70	97,2	В
10.	29	40,3	С

В – високий рівень – 100 - 70 %
С – середній рівень – 69 – 40 %
Н – низький рівень – 39 - 0 %

Методика вивчення довільного самоконтролю (2-й зріз)		
Рівень розвитку	**Кількість осіб**	**Рівень розвитку у «%»**
Високий рівень	9	90%
Середній рівень	1	10%
Низький рівень	0	0%

Діаграма № 3.3.2.

«Показники в експериментальній групі за методикою вивчення довільного самоконтролю»:



За результатами нашого дослідження ми побудували таблицю № 3.3.3. та діаграму № 3.3.3.

Таблиця № 3.3.3.

«Показники в експериментальній групі за опитувальником для оцінки своєї наполегливості»:

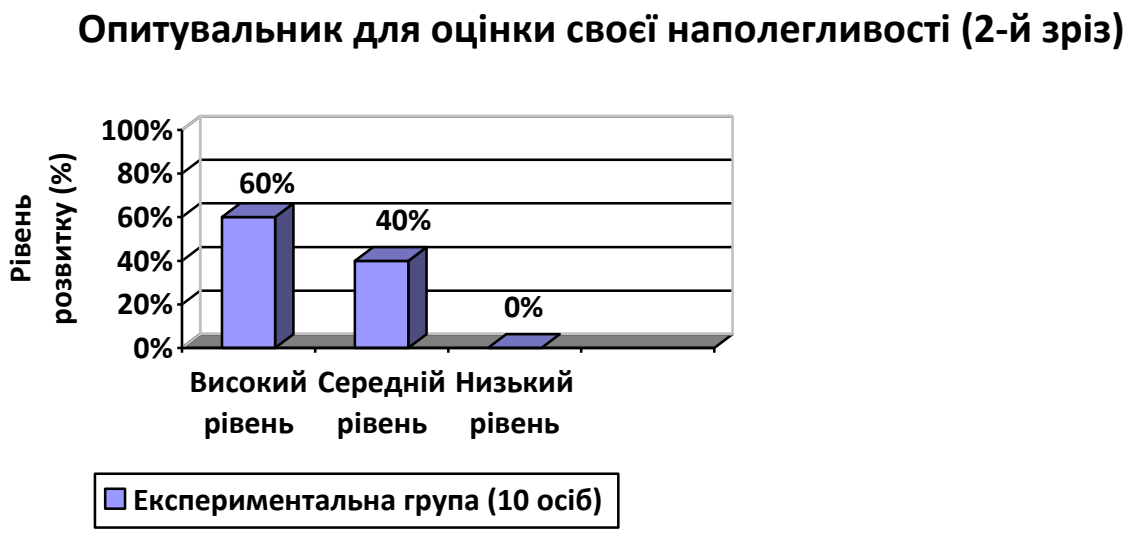
Піддослідні	Опитувальник для оцінки своєї наполегливості (2-й зріз)		
	Результати у балах	**Результати у «%»**	**Рівень (В - високий, С - середній, Н - низький)**
1.	17	94,4	В
2.	17	94,4	В
3.	18	100	В
4.	17	94,4	В
5.	18	100	В
6.	10	55,6	С
7.	11	61,1	С
8.	10	55,6	С
9.	8	44,4	С
10.	14	77,8	В

В – високий рівень – 100 - 70 %
С – середній рівень – 69 – 40 %
Н – низький рівень – 39 - 0 %

Опитувальник для оцінки своєї наполегливості (2-й зріз)		
Рівень розвитку	**Кількість осіб**	**Рівень розвитку у «%»**
Високий рівень	6	60%
Середній рівень	4	40%
Низький рівень	0	0%

Діаграма № 3.3.3.

«Показники в експериментальній групі за опитувальником для оцінки своєї наполегливості»:



За результатами нашого дослідження ми побудували таблицю №

3.3.4. та діаграму № 3.3.4.

Таблиця № 3.3.4.

«Показники в експериментальній групі за опитувальником для оцінки своєї завзятості»:

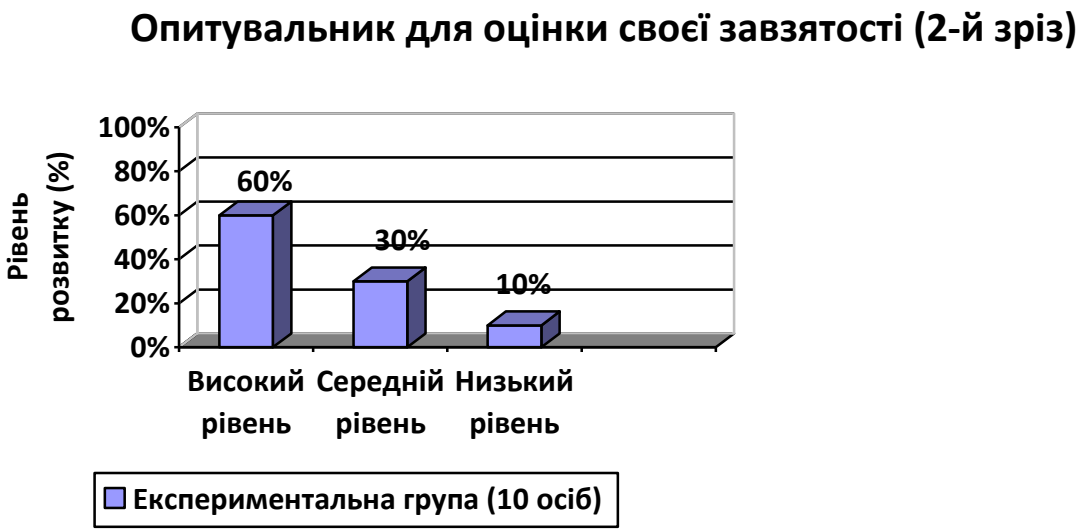
Піддослідні	Опитувальник для оцінки своєї завзятості (2-й зріз)		
	Результати у балах	**Результати у «%»**	**Рівень (В - високий, С - середній, Н - низький)**
1.	17	94,4	В
2.	15	83,3	В
3.	15	83,3	В
4.	17	94,4	В
5.	18	100	В
6.	9	50	С
7.	10	55,6	С
8.	9	50	С
9.	6	33,3	Н
10.	14	77,8	В

В – високий рівень – 100 - 70 %
С – середній рівень – 69 – 40 %
Н – низький рівень – 39 - 0 %

Опитувальник для оцінки своєї наполегливості (2-й зріз)		
Рівень розвитку	**Кількість осіб**	**Рівень розвитку у «%»**
Високий рівень	6	60%
Середній рівень	3	30%
Низький рівень	1	10%

Діаграма № 3.2.4.

«Показники в експериментальній групі за опитувальником для оцінки своєї завзятості»:



За результатами нашого дослідження ми побудували таблицю № 3.3.5. та діаграму № 3.3.5.

Таблиця № 3.3.5.

«Показники в експериментальній групі за шкалою оцінки потреби в досягненні»:

Піддослідні	Шкала оцінки потреби в досягненні (2-й зріз)		
	Результати у балах	Результати у «%»	Рівень (В - високий, С - середній, Н - низький)
1.	8	80	В
2.	8	80	В
3.	5	50	С
4.	10	100	В
5.	10	100	В
6.	9	90	В
7.	9	90	В
8.	7	70	В
9.	6	60	С
10.	3	30	Н

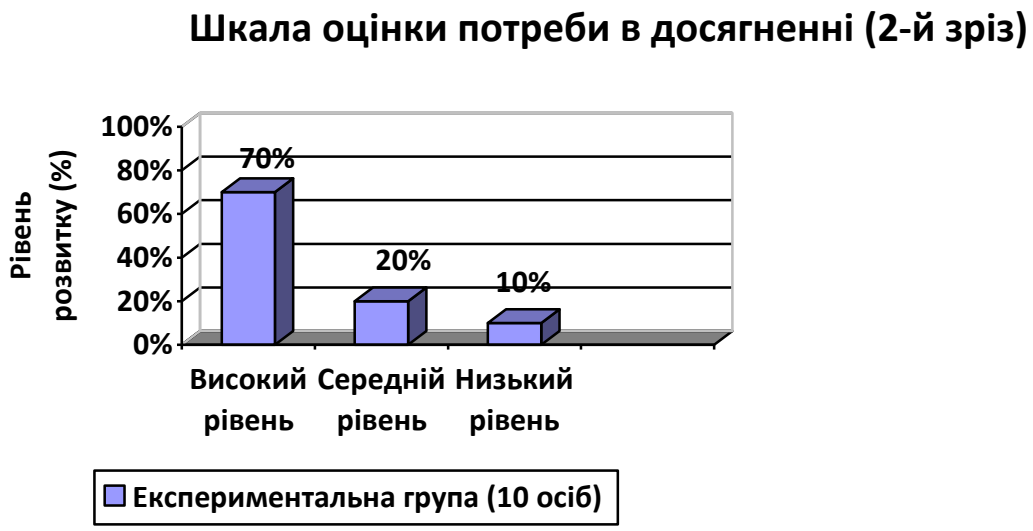
В – високий рівень – 100 - 70 %
С – середній рівень – 69 – 40 %
Н – низький рівень – 39 - 0 %

Шкала оцінки потреби в досягненні (2-й зріз)		
Рівень розвитку	Кількість осіб	Рівень розвитку у «%»
Високий рівень	7	70%
Середній рівень	2	20%

Низький рівень	1	10%

Діаграма № 3.3.5.

«Показники в експериментальній групі за шкалою оцінки потреби в досягненні»:



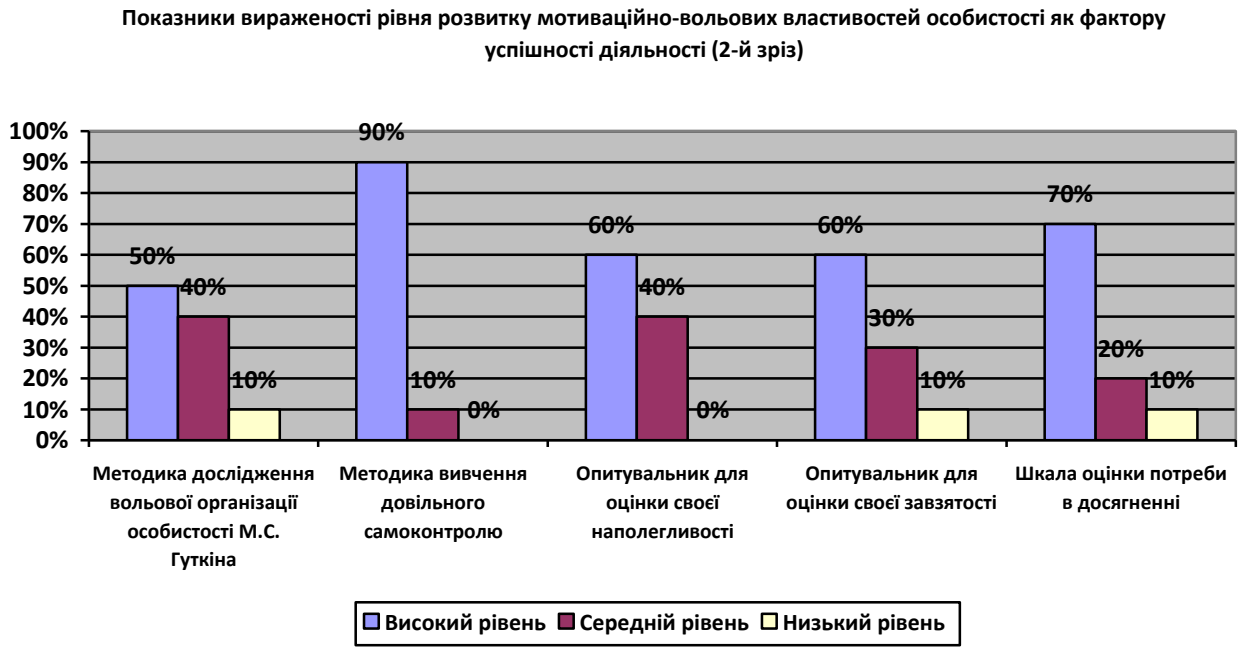
Таблиця № 3.3.6.

«Показники вираженості рівня розвитку мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактору успішності діяльності»:

Діагностичні методики		**Показники вираженості рівня розвитку (2-й зріз)**		
		Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
1.	**Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна**	50%	40%	10%
2.	**Методика вивчення довільного самоконтролю**	90%	10%	0%
3.	**Опитувальник для оцінки своєї наполегливості**	60%	40%	0%
4.	**Опитувальник для оцінки своєї завзятості**	60%	30%	10%
5.	**Шкала оцінки потреби в досягненні**	70%	20%	10%

Діаграма № 3.3.6.

«Показники вираженості рівня розвитку мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактору успішності діяльності»:



За результатами нашого дослідження ми побудували таблицю № 3.3.7. та діаграму № 3.3.7.

Таблиця № 3.3.7.

«Показники в контрольній групі за методикою дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна»:

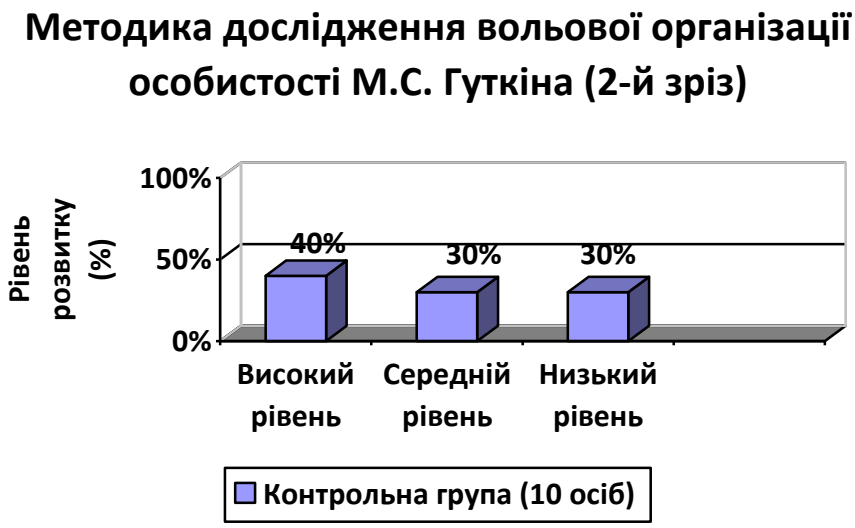
Піддослідні	Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна (2-й зріз)		
	Результати у балах	Результати у «%»	Рівень (В - високий, С - середній, Н - низький)
1.	127	88,2	В
2.	115	79,9	В
3.	57	39,6	Н
4.	130	90,3	В
5.	126	87,5	В
6.	49	34,1	Н
7.	30	20,8	Н
8.	100	69,4	С
9.	73	50,7	С
10.	73	50,7	С

В – високий рівень – 100 - 70 %
С – середній рівень – 69 – 40 %
Н – низький рівень – 39 - 0 %

Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна (2-й зріз)		
Рівень розвитку	**Кількість осіб**	**Рівень розвитку у «%»**
Високий рівень	4	40%
Середній рівень	3	30%
Низький рівень	3	30%

Діаграма № 3.3.7.

«Показники в контрольній групі за методикою дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна»:



За результатами нашого дослідження ми побудували таблицю № 3.3.8. та діаграму № 3.3.8.

Таблиця № 3.3.8.

«Показники в контрольній групі за методикою вивчення довільного самоконтролю»:

Піддослідні	Методика вивчення довільного самоконтролю (2-й зріз)		
	Результати у балах	**Результати у «%»**	**Рівень (В - високий, С - середній, Н - низький)**
1.	72	100	В
2.	69	95,8	В
3.	50	69,4	С
4.	70	97,2	В
5.	70	97,2	В
6.	26	36,1	Н
7.	60	83,3	В
8.	49	68,1	В
9.	56	77,8	В

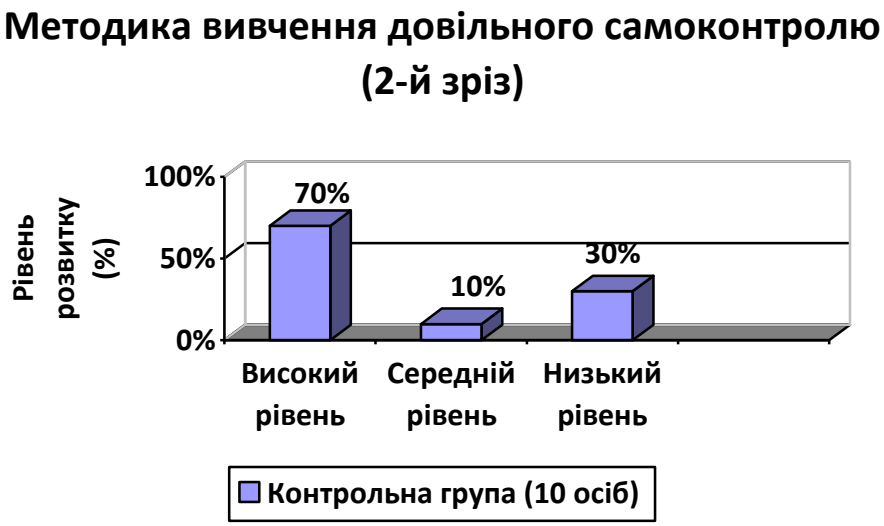
10.	26	36,1	Н

В – високий рівень – 100 - 70 %
С – середній рівень – 69 – 40 %
Н – низький рівень – 39 - 0 %

Методика вивчення довільного самоконтролю (2-й зріз)		
Рівень розвитку	**Кількість осіб**	**Рівень розвитку у «%»**
Високий рівень	7	70%
Середній рівень	1	10%
Низький рівень	3	30%

Діаграма № 3.3.8.

«Показники в контрольній групі за методикою вивчення довільного самоконтролю»:



За результатами нашого дослідження ми побудували таблицю № 3.3.9. та діаграму № 3.3.9.

Таблиця № 3.3.9.

«Показники в експериментальній групі за опитувальником для оцінки своєї наполегливості»:

Піддослідні	**Опитувальник для оцінки своєї наполегливості (2-й зріз)**		
	Результати у балах	**Результати у «%»**	**Рівень (В - високий, С - середній, Н - низький)**
1.	16	88,9	В
2.	15	83,3	В
3.	11	61,1	С
4.	17	94,4	В
5.	13	72,2	В

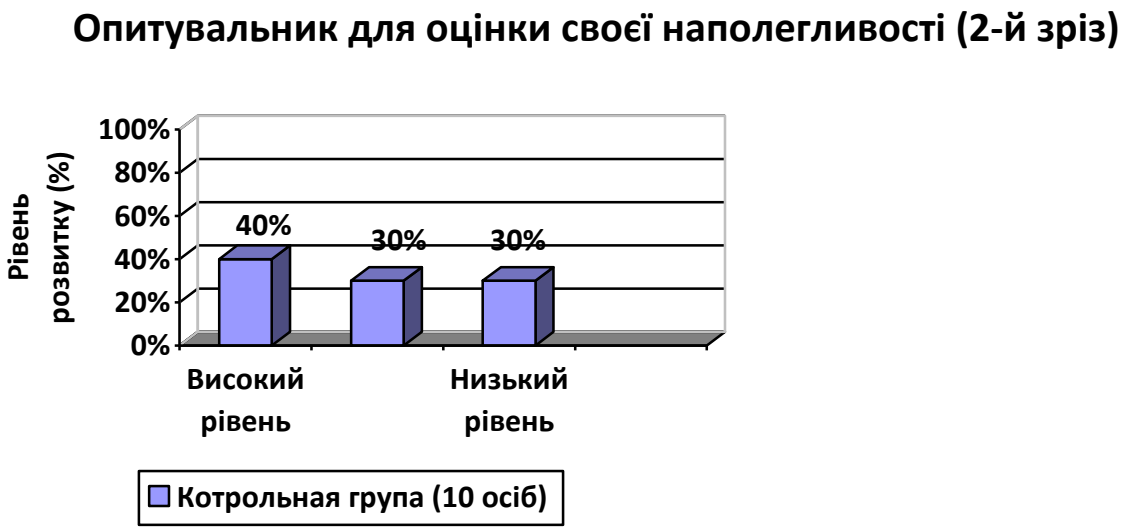
6.	7	38,9	Н
7.	7	38,9	Н
8.	7	38,9	Н
9.	11	61,1	С
10.	11	61,1	С

В – високий рівень – 100 - 70 %
С – середній рівень – 69 – 40 %
Н – низький рівень – 39 - 0 %

Опитувальник для оцінки своєї наполегливості (2-й зріз)		
Рівень розвитку	**Кількість осіб**	**Рівень розвитку у «%»**
Високий рівень	4	40%
Середній рівень	3	30%
Низький рівень	3	30%

Діаграма № 3.2.9.

«Показники в контрольній групі за опитувальником для оцінки своєї наполегливості»:



За результатами нашого дослідження ми побудували таблицю № 3.3.10. та діаграму № 3.3.10.

Таблиця № 3.3.10.

«Показники в контрольній групі за опитувальником для оцінки своєї завзятості»:

Піддослідні	**Опитувальник для оцінки своєї завзятості (2-й зріз)**		
	Результати у балах	**Результати у «%»**	**Рівень (В - високий, С - середній, Н -**

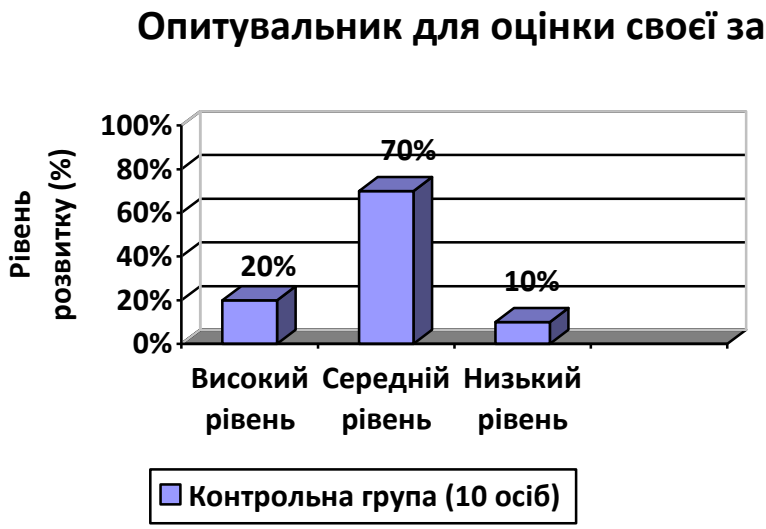
			низький)
1.	18	100	В
2.	11	61,1	С
3.	9	50	С
4.	13	72,2	В
5.	11	61,1	С
6.	11	61,1	С
7.	11	61,1	С
8.	9	50	С
9.	10	55,6	С
10.	6	33,3	Н

В – високий рівень – 100 - 70 %
С – середній рівень – 69 – 40 %
Н – низький рівень – 39 - 0 %

Опитувальник для оцінки своєї наполегливості (2-й зріз)		
Рівень розвитку	**Кількість осіб**	**Рівень розвитку у «%»**
Високий рівень	2	20%
Середній рівень	7	70%
Низький рівень	1	10%

Діаграма № 3.2.10.

«Показники в контрольній групі за опитувальником для оцінки своєї завзятості»:



За результатами нашого дослідження ми побудували таблицю № 3.3.11. та діаграму № 3.3.11.

Таблиця № 3.3.11.

«Показники в контрольній групі за шкалою оцінки потреби в досягненні»:

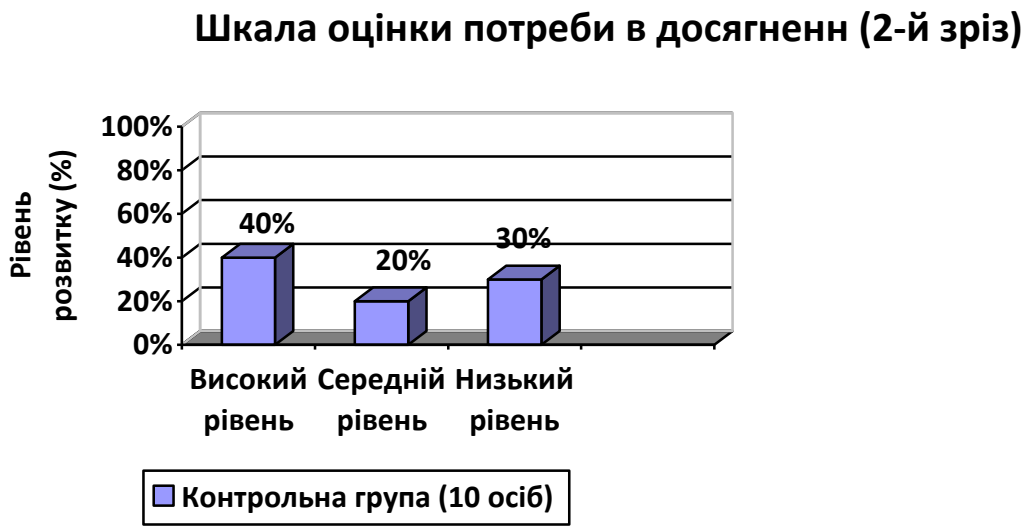
Піддослідні	Шкала оцінки потреби в досягненні (2-й зріз)		
	Результати у балах	Результати у «%»	Рівень (В - високий, С - середній, Н - низький)
1.	7	70	В
2.	7	70	В
3.	5	50	С
4.	4	40	С
5.	8	80	В
6.	8	80	В
7.	8	80	В
8.	3	30	Н
9.	3	30	Н
10.	3	30	Н

В – високий рівень – 100 - 70 %
С – середній рівень – 69 – 40 %
Н – низький рівень – 39 - 0 %

Шкала оцінки потреби в досягненні (2-й зріз)		
Рівень розвитку	Кількість осіб	Рівень розвитку у «%»
Високий рівень	5	50%
Середній рівень	2	20%
Низький рівень	3	30%

Діаграма № 3.3.11.

«Показники в контрольній групі за шкалою оцінки потреби в досягненні»:



Таблиця № 3.3.12.

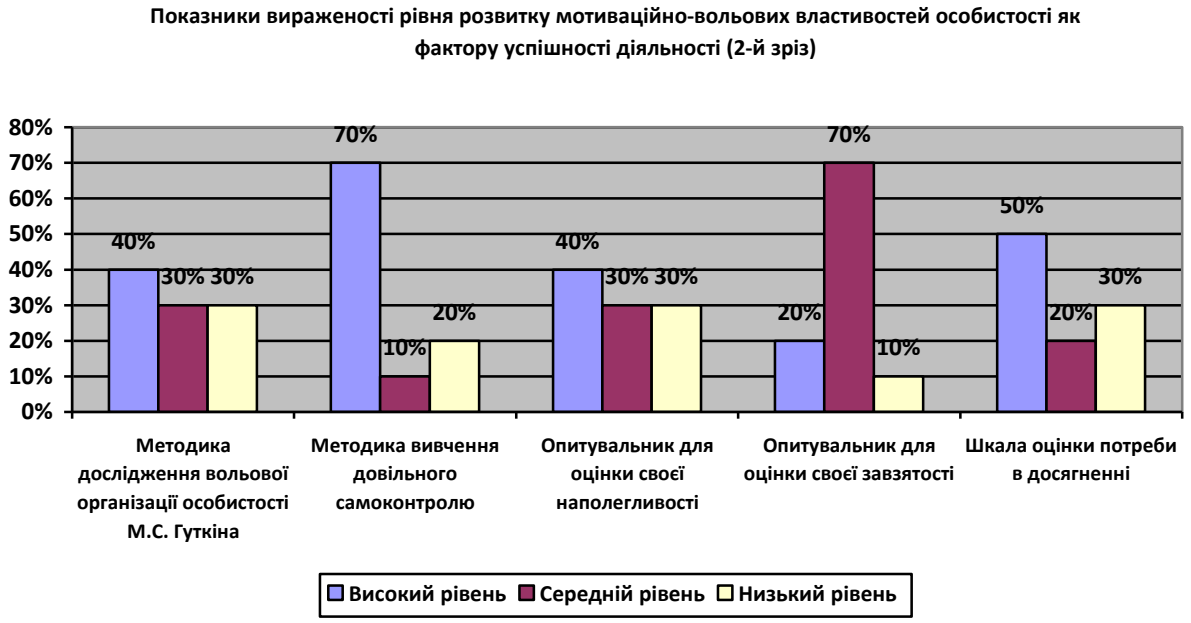
«Показники вираженості рівня розвитку мотиваційно-вольових властивостей

особистості як фактору успішності діяльності в контрольній групі»:

Діагностичні методики		Показники вираженості рівня розвитку (2-й зріз)		
		Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
1.	**Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна**	40%	30%	30%
2.	**Методика вивчення довільного самоконтролю**	70%	10%	20%
3.	**Опитувальник для оцінки своєї наполегливості**	40%	30%	30%
4.	**Опитувальник для оцінки своєї завзятості**	20%	70%	10%
5.	**Шкала оцінки потреби в досягненні**	50%	20%	30%

Діаграма № 3.3.12.

«Показники вираженості рівня розвитку мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактору успішності діяльності»:



Виявилось, що результати в експериментальній та контрольній групах за такими показниками, як високий рівень розвитку мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактор успішності діяльності, середній рівень розвитку та низький рівень розвитку – якісно змінилися. Для порівняння результатів контрольного зрізу в експериментальній та контрольній групах ми

побудували таблицю № 3.3.13. та діаграму № 3.3.13.

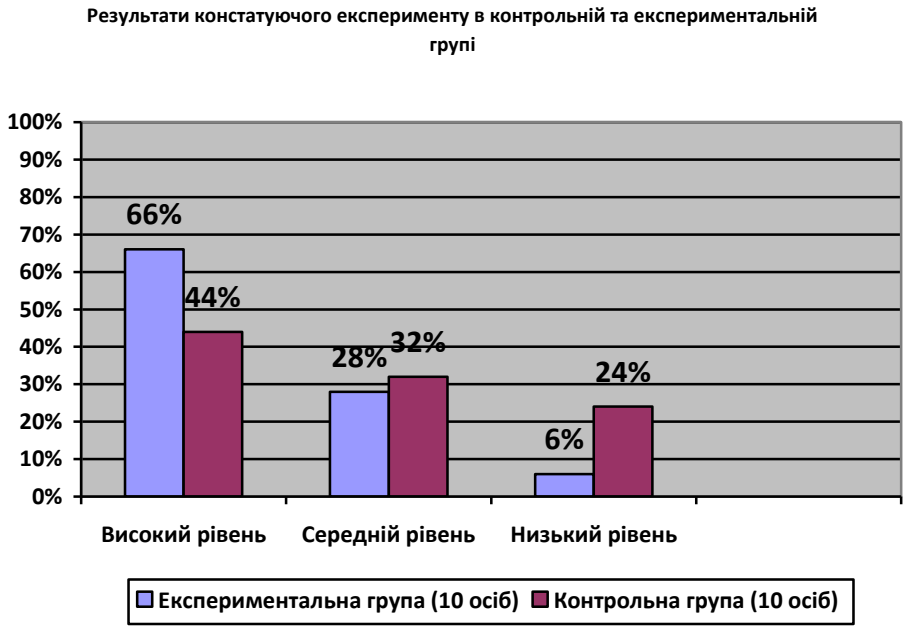
Таблиця № 3.3.13.

«Порівняння результатів контрольного зрізу в експериментальній та контрольній групах за методиками»:

Діагностичні методики	**Показники вираженості рівня розвитку в експериментальній групі**			**Показники вираженості рівня розвитку в контрольній групі**		
	Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень	Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
1. Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна	50%	40%	10%	40%	30%	30%
2. Методика вивчення довільного самоконтролю	90%	10%	0%	70%	10%	20%
3. Опитувальник для оцінки своєї наполегливості	60%	40%	0%	40%	30%	30%
4. Опитувальник для оцінки своєї завзятості	60%	30%	10%	20%	70%	10%
5. Шкала оцінки потреби в досягненні	70%	20%	10%	50%	20%	30%
Середній показник	***66%***	***28%***	***6%***	***44%***	***32%***	***24%***

Діаграма№ 3.3.13.

«Порівняння результатів контрольного зрізу в експериментальній та контрольній групах за методиками»:



По даним таблиці можна зробити висновок, що в експериментальній групі показник високого рівня розвитку розвитку мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактор успішності діяльності в середньому становить 66%, а у контрольній групі становить 44% - це доводить, що в результаті корекційної роботи показник високого рівня розвитку мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактор успішності діяльності збільшився в середньому на 22%.

В експериментальній групі показник середнього рівня розвитку розвитку мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактор успішності діяльності в середньому становить 28%, а у контрольній групі – 32% - це доводить, що в результаті корекційної роботі показник середнього рівня розвитку в середньому зменшився на 4%.

В експериментальній групі показник низького рівня розвитку сприйняття в середньому становить 6%, а у контрльній групі становить 24% - це доводить, що в результаті корекційної роботи в седерньому показник середнього рівня розвитку зменьшився на 18%.

3.4. Визначення коефіцієнту рангової кореляції Спірмена у емпіричному дослідженні рівня розвитку сприйняття.

Для оцінки ступені зв’язку між двома групами випробуваних за рівнем

розвитку мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактор успішності діяльності, а також перевірки достовірності нашого емпіричного дослідження ми застосували коефіцієнт рангової кореляції Спірмена. За показниками конртольного зрізу, після проведення формуючого експерименту, ми отримали середні результати за такими методиками:

1. Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна (Методика дослідження вольової організації особистості / Твоя професійна кар'єра: Учеб. Для 8-11 кл. загальноосвіт. Установ /М.С. Гуткин, Г.Ф. Михальченко, А.В. Ставків і ін .; Під ред. С.Н. Частковий, Т.І. Шалавін. - М .: Просвещение, 2000. - 191с. - с.175-182) [38];
2. Вивчення довільного самоконтролю (Ільїн Е. П./ Психологія волі. 2-ге вид. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];
3. Опитувальник для оцінки своєї наполегливості (Ільїн Е. П. Психологія волі. 2-е изд. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];
4. Опитувальник для оцінки своєї завзятості (Ільїн Е. П./ Психологія волі. 2-ге вид. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];
5. Шкала оцінки потреби в досягненні.(Карелін А. Велика енциклопедія психологічних тестів. - М .: Ексмо, 2007. - 416 с. (С. 20-21) [27].

Таблиця № 3.4.1.
«Середні показники вираженості рівня розвитку мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактор успішності діяльності в експериментальній групі за результатами контрольного зрізу»:

Експериментальна група	Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна	Методика вивчення довільного самоконтролю	Опитувальник для оцінки своєї наполегливості	Опитувальник для оцінки своєї завзятості	Шкала оцінки потреби в досягненні	Середній бал
1.	46	60	17	17	8	29,6
2.	123	72	17	15	8	47
3.	70	60	18	15	5	33,6
4.	140	72	17	17	10	51,2
5.	122	67	18	18	10	47
6.	98	59	10	9	9	37
7.	142	71	11	10	9	48,6
8.	100	59	10	9	7	37
9.	58	70	8	6	6	29,6
10.	75	29	14	14	3	27

Таблиця № 3.4.2.

«Середні показники вираженості рівня розвитку мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактор успішності діяльності в контрольній групі за результатами контрольного зрізу»:

Контрольна група	Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна	Методика вивчення довільного самоконтролю	Опитувальник для оцінки своєї наполегливості	Опитувальник для оцінки своєї завзятості	Шкала оцінки потреби в досягненні	Середній бал
1.	127	72	16	18	7	48
2.	115	69	15	11	7	43,4
3.	57	50	11	9	5	26,4
4.	130	70	17	13	4	46,8
5.	126	70	13	11	8	45,6
6.	49	26	7	11	8	20,2
7.	30	60	7	11	8	23,2
8.	100	49	7	9	3	33,6
9.	73	56	11	10	3	30,6
10.	73	26	11	6	3	23,8

Умовно позначимо результати дослідження (бали) в експериментальній та контрольній групах як А і В.

За результатами контрольного зрізу були отримані наступні дані:

А:	29,6	47	33,6	51,2	47	37	48,6	37	29,6	27
В:	48	43,4	26,4	46,8	45,6	20,2	23,2	33,6	30,6	23,8

Проранжуємо отримані бали по зростанню:

А:	27	29,6	29,6	33,6	37	37	47	47	48,6	51,2
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
В:	20,2	23,2	23,8	26,4	30,6	33,6	43,4	45,6	46,8	48
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Присвоїмо ранги Xi та Yi відповідно ознакам А і В

(в таблиці представлені вже згруповані однакові ранги в ряду):

Xi:	2,5	7,5	4	10	7,5	5,5	9	5,5	2,5	1
Yi	10	7	4	9	8	1	2	6	5	3

Знаходимо різниці рангів за формулою di=Xi - Yi, d² та записуємо у вигляді таблиці:

di:	-7,5	0,5	0	1	-0,5	4,5	7	-0,5	-2,5	-2
d²:	56,25	0,25	0	1	0,25	20,25	49	0,25	6,25	4

Знаходимо коефіцієнт кореляції за формулою Спірмена:

$$Rs = 1 - \frac{6\sum d^2}{n^3 - n}$$

n = 20

$$\sum d^2 = 137{,}5$$

$$Rs = 1 - \frac{6 \cdot 137{,}5}{7980} = 1 - 0{,}1 = 0{,}9$$

$0{,}7 \le 0{,}9 \le 1$- згідно з коефіцієнтом кореляції можна зробити висновок, що кореляційний зв'язок сильний;

Для перевірки результату емпіричного дослідження на достовірність зформулюємо гіпотези:

H0 – Rs ≠ 0, тобто кореляційного зв'язку між рівнем розвитку сприйняття двох груп немає;

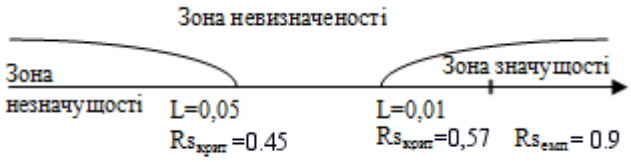
H1 – Rs = 0, тобто кореляційний зв'язок є.

Rsемп = 0,9; перевіряємо за допомогою рівня значущості згідно з таблицею критичних значень Спірмена:

Rsкрит=0,45; L=0,05

Rsкрит=0,57; L=0,01

Розглянемо вісь значущості:



Перевірка на достовірність:

Так як Rsемп потрапляє в зону значущості, підтверджується альтернативна гіпотеза H1.

Інтрерпритація статистичного результата:

Має місце гіпотеза Н1, тобто кореляційний зв’язок між рівнем розвитку розвитку мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактор успішності діяльності двох груп випробуваних є.

Висновки до 3 розділу.

Ми проводили емпіричне дослідження в ЗОШ № 20, м. Черкаси.

Кількість випробуваних становила 20 осіб віком 14 років. Для проведення нашого емпіричного дослідження ми розділили школярів на 2 групи – експериментальну та контрольну.

Кожна група становила 10 осіб.

Цілі нашого дослідження - вивчити мотиваційно-вольові властивості особистості як фактор успішності діяльності, методи діагностики та методи корекції волі та мотивації у підлітковому віці.

Ми провели перший зріз в експериментальній та контрольній групах за такими методиками:

1. Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна (Методика дослідження вольової організації особистості / Твоя професійна кар'єра: Учеб. Для 8-11 кл. загальноосвіт. Установ /М.С. Гуткин, Г.Ф. Михальченко, А.В. Ставків і ін .; Під ред. С.Н. Частковий, Т.І. Шалавін. - М .: Просвещение, 2000. - 191с. - с.175-182) [38];
2. Вивчення довільного самоконтролю (Ільїн Е. П./ Психологія волі. 2-ге вид. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];
3. Опитувальник для оцінки своєї наполегливості (Ільїн Е. П. Психологія волі. 2-е изд. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];
4. Опитувальник для оцінки своєї завзятості (Ільїн Е. П./ Психологія волі. 2-ге вид. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];
5. Шкала оцінки потреби в досягненні.(Карелін А. Велика енциклопедія психологічних тестів. - М .: Ексмо, 2007. - 416 с. (С. 20-21) [27].

Ми провели корекційну роботу з експериментальною групою за авторською корекційно-розвиваючою програмою, спрямованою на підвищення Виявилось, що результати в експериментальній та контрольній групах за такими показниками, як високий рівень розвитку мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактор успішності діяльності, середній рівень розвитку та низький рівень розвитку – якісно змінилися.

Ми провели 2-й зріз в експериментальній та контрольній групах за такими методиками:

1. Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна (Методика дослідження вольової організації особистості / Твоя професійна кар'єра: Учеб. Для 8-11 кл. загальноосвіт. Установ /М.С. Гуткин, Г.Ф. Михальченко, А.В. Ставків і ін .; Під ред. С.Н. Частковий, Т.І. Шалавін. - М .: Просвещение, 2000. - 191с. - с.175-182) [38];
2. Вивчення довільного самоконтролю (Ільїн Е. П./ Психологія волі. 2-ге вид. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];
3. Опитувальник для оцінки своєї наполегливості (Ільїн Е. П. Психологія волі. 2-е изд. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];
4. Опитувальник для оцінки своєї завзятості (Ільїн Е. П./ Психологія волі. 2-ге вид. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];
5. Шкала оцінки потреби в досягненні.(Карелін А. Велика енциклопедія психологічних тестів. - М .: Ексмо, 2007. - 416 с. (С. 20-21) [27].

Для порівняння результатів контрольного зрізу в експериментальній та контрольній групах ми побудували таблицю № 3.3.13. та діаграму № 3.3.13.

По даним таблиці можна зробити висновок, що в експериментальній групі показник високого рівня розвитку розвитку мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактор успішності діяльності в середньому становить 66%, а у контрольній групі становить 44% - це доводить, що в результаті корекційної роботи показник високого рівня розвитку мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактор успішності діяльності збільшився

в середньому на 22%.

В експериментальній групі показник середнього рівня розвитку розвитку мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактор успішності діяльності в середньому становить 28%, а у контрольній групі – 32% - це доводить, що в результаті корекційної роботі показник середнього рівня розвитку в середньому зменшився на 4%.

В експериментальній групі показник низького рівня розвитку сприйняття в середньому становить 6%, а у контрльній групі становить 24% - це доводить, що в результаті корекційної роботи в седерньому показник середнього рівня розвитку зменьшився на 18%.

Також, ми застосували математичні методи і виявили, що кореляційний зв'язок між рівнем розвитку мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактор успішності діяльності двох груп випробуваних є.

Загальні висновки.

Воля - свідома цілеспрямована активність людини, що припускає подолання зовнішніх і внутрішніх перешкод на шляху до досягнення поставленої мети. Виникнувши історично в процесі праці і суспільної діяльності, воля виступає діяльною стороною розуму і моральних почуттів. Вона тісно пов'язана з характером людини і грає важливу роль в процесі пізнання і перетворення їм природи, суспільства і самого себе.

Всі вольові дії підрозділяються на прості і складні.

Прості вольові дії складаються з трьох структурних елементів:

1) мотив, поєднаний з метою;

2) виконання дії;

3) оцінка результату.

Прості дії зазвичай не пов'язані зі значними вольовими зусиллями і реалізуються у формі навичок.

У кожній простій дії розрізняються сенсорний, центральний, моторний і контрольно - корегуючий компоненти. Ви здалеку побачили, як наближається

транспорт і звільнили йому дорогу. У цьому русі можна виділити всі чотири компонента. Сприйняття транспорту - сенсорний компонент; думка про те, що небезпечно стояти близько біля проїжджої частини дороги, - центральний розумовий; безпосереднє пересування - моторний, руховий; посвідчення в тому, що ви пересунулися в безпечну зону - контрольний.

Термін "мотивація" представляє ширше поняття, ніж термін "мотив". Слово "мотивація" використовується в сучасній психології в двоякому сенсі: як що означає систему чинників, що детермінують поведінку (сюди входять, зокрема, потреби, мотиви, цілі, наміри, прагнення і багато іншого), і як характеристика процесу, який стимулює і підтримує поведінкову активність на певному рівні. Ми будемо використовувати поняття "мотивація" переважно в першому значенні, хоча в деяких випадках, коли це необхідно (і обумовлено), будемо звертатися і до другого його значенням. Мотивацію, таким чином, можна визначити як сукупність причин психологічного характеру, що пояснюють поведінку людини, її початок, спрямованість і активність.

Формування волі пов'язане з вихованням свідомої дисципліни дитини. Так само, як дотримання режиму, неухильне виконання певних правил змушує дитину дотримуватися певну лінію поведінки, стримувати себе і таким чином формує відповідні вольові якості.

Так як вольові дії особистості в основному проходять на свідомому рівні, ці дії визначаються не тільки вродженими, але і в дуже сильному ступені - усвідомлено розвиненими рисами характеру людини. Процес вольового управління поведінкою характеризується двома групами вольових якостей. Перша група - сила волі, наполегливість, витримка.

Вольові якості особистості розглядаються як сплав вродженого і набутого, як фенотипічна характеристика наявних можливостей людини. У вольових якостях поєднуються моральні компоненти волі, які формуються в процесі виховання, і генетичні, тісно пов'язані з типологічними особливостями нервової системи. Наприклад, страх, нездатність довго терпіти втому,

швидко приймати рішення в великій мірі залежать від вроджених особливостей людини (сили і слабкості нервової системи, її лабільності).

Для дослідження рівня розвитку розвитку мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактор успішності діяльності, ми застосували такі методики:

1. Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна (Методика дослідження вольової організації особистості / Твоя професійна кар'єра: Учеб. Для 8-11 кл. загальноосвіт. Установ /М.С. Гуткин, Г.Ф. Михальченко, А.В. Ставків і ін .; Під ред. С.Н. Частковий, Т.І. Шалавін. - М .: Просвещение, 2000. - 191с. - с.175-182) [38];
2. Вивчення довільного самоконтролю (Ільїн Е. П./ Психологія волі. 2-ге вид. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];
3. Опитувальник для оцінки своєї наполегливості (Ільїн Е. П. Психологія волі. 2-е изд. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];
4. Опитувальник для оцінки своєї завзятості (Ільїн Е. П./ Психологія волі. 2-ге вид. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];
5. Шкала оцінки потреби в досягненні.(Карелін А. Велика енциклопедія психологічних тестів. - М .: Ексмо, 2007. - 416 с. (С. 20-21) [27].

Ми проводили емпіричне дослідження в ЗОШ № 20, м. Черкаси.

Кількість випробуваних становила 20 осіб віком 14 років. Для проведення нашого емпіричного дослідження ми розділили школярів на 2 групи – експериментальну та контрольну.

Кожна група становила 10 осіб.

Цілі нашого дослідження - вивчити мотиваційно-вольові властивості особистості як фактор успішності діяльності, методи діагностики та методи корекції волі та мотивації у підлітковому віці.

Ми провели перший зріз в експериментальній та контрольній групах за такими методиками:

1. Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна

(Методика дослідження вольової організації особистості / Твоя професійна кар'єра: Учеб. Для 8-11 кл. загальноосвіт. Установ /М.С. Гуткин, Г.Ф. Михальченко, А.В. Ставків і ін .; Під ред. С.Н. Частковий, Т.І. Шалавін. - М .: Просвещение, 2000. - 191с. - с.175-182) [38];

2. Вивчення довільного самоконтролю (Ільїн Е. П./ Психологія волі. 2-ге вид. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];

3. Опитувальник для оцінки своєї наполегливості (Ільїн Е. П. Психологія волі. 2-е изд. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];

4. Опитувальник для оцінки своєї завзятості (Ільїн Е. П./ Психологія волі. 2-ге вид. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];

5. Шкала оцінки потреби в досягненні.(Карелін А. Велика енциклопедія психологічних тестів. - М .: Ексмо, 2007. - 416 с. (С. 20-21) [27].

Була використана авторська корекційно-розвиваюча програма Топоєвої І.І., спрямована на підвищення мотивації досягнення успіху у дітей підліткового віку. Програма складається з 10 занять, тривалістю 1,5-2 години, які передбачається проводити по декілька разів в тиждень, протягом 2-3 тижнів.

Ми провели корекційну роботу з експериментальною групою, спрямованою на підвищення підвищення мотивації досягнення успіху у дітей підліткового віку. Виявилось, що результати в експериментальній та контрольній групах за такими показниками, як високий рівень розвитку мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактор успішності діяльності, середній рівень розвитку та низький рівень розвитку – якісно змінилися.

Ми провели 2-й зріз в експериментальній та контрольній групах за такими методиками:

1. Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна (Методика дослідження вольової організації особистості / Твоя професійна кар'єра: Учеб. Для 8-11 кл. загальноосвіт. Установ /М.С. Гуткин, Г.Ф. Михальченко, А.В. Ставків і ін .; Під ред. С.Н. Частковий, Т.І. Шалавін. - М .: Просвещение, 2000. - 191с. - с.175-182) [38];

2. Вивчення довільного самоконтролю (Ільїн Е. П./ Психологія волі. 2-ге вид. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];

3. Опитувальник для оцінки своєї наполегливості (Ільїн Е. П. Психологія волі. 2-е изд. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];

4. Опитувальник для оцінки своєї завзятості (Ільїн Е. П./ Психологія волі. 2-ге вид. - СПб .: Пітер, 2009.) [23];

5. Шкала оцінки потреби в досягненні.(Карелін А. Велика енциклопедія психологічних тестів. - М .: Ексмо, 2007. - 416 с. (С. 20-21) [27].

Для порівняння результатів контрольного зрізу в експериментальній та контрольній групах ми побудували таблицю № 3.3.13. та діаграму № 3.3.13.

По даним таблиці можна зробити висновок, що в експериментальній групі показник високого рівня розвитку розвитку мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактор успішності діяльності в середньому становить 66%, а у контрольній групі становить 44% - це доводить, що в результаті корекційної роботи показник високого рівня розвитку мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактор успішності діяльності збільшився в середньому на 22%.

В експериментальній групі показник середнього рівня розвитку розвитку мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактор успішності діяльності в середньому становить 28%, а у контрольній групі – 32% - це доводить, що в результаті корекційної роботі показник середнього рівня розвитку в середньому зменшився на 4%.

В експериментальній групі показник низького рівня розвитку сприйняття в середньому становить 6%, а у контрльній групі становить 24% - це доводить, що в результаті корекційної роботи в седерньому показник середнього рівня розвитку зменьшився на 18%.

Також, ми застосували математичні методи і виявили, що кореляційний зв’язок між рівнем розвитку мотиваційно-вольових властивостей особистості як фактор успішності діяльності двох груп випробуваних є.

Рекомендації.

Рекомендації педагогам щодо підвищення рівня навчальної мотивації.

1. Осмислена діяльність вчителя - осмислене навчання. Процес навчання стане більш ефективним, якщо організувати саме викладання не як трансляцію інформації, а як активізацію і стимуляцію процесів осмисленого навчання. Щоб активізувати і стимулювати допитливість і пізнавальні мотиви, вчитель повинен домогтися доброчинних взаємин з учнями, а так само він повинен добре знати себе. Будь-які дії повинні бути осмисленими. Це відноситься і до того, хто вимагає дії від інших.

2. Розвиток внутрішньої мотивації - це рух вгору. Для того, щоб учень по-справжньому включився в роботу, потрібно, щоб завдання, які ставляться перед ним під час навчальної діяльності, були не тільки зрозумілі, але й внутрішньо прийняті, тобто щоб вони придбали значимість для учнів і знайшли відгук у їх переживаннях. Навчальна діяльність завжди полімотивована. В системі навчальних мотивів переплітаються зовнішні і внутрішні мотиви.

3. Стратегія «Позитивна мотивація». Деяким учням, які відчувають труднощі в навчанні взагалі або в рішенні конкретних завдань, щоб прийти до зміни, досить просто зрозуміти, що саме в їх дії не спрацьовує і якого типу мотиваційний стиль працював би ефективніше. Звичайно, навчитись новому мотиваційному стилю не так швидко. Але спрямовані дії підготовленого, грамотного педагога можуть допомогти учням впоратися з проблемною ситуацією.

4. Мотивація досягнення і здібності. Поведінка, орієнтована на досягнення, передбачає наявність у кожної людини мотивів досягнення успіху і уникнення невдач. Іншими словами всі люди мають здатність цікавитися досягненням успіху і тривожитися з приводу не удач. Однак, зазвичай в людях домінує або мотив досягнення, або мотив уникати невдачі. В принципі мотив досягнення пов'язаний з продуктивним виконанням діяльності, а мотив уникнення невдачі - з тривожністю. Люди, мотивовані на успіх мають середні по складності або злегка завищені цілі. Мотивовані на невдачі схильні до

екстремальних виборів (не реально завищені або занижені). Мотивовані на невдачі в разі простих і добре завчених навичок (складання цифр) працюють швидше і точніше, ніж мотивовані на успіх. При завданнях проблемного характеру -картина змінюється навпаки. Коли в класі є весь діапазон здібностей, тільки учні з середніми здібностями будуть сильно мотивовані на досягнення. Ні в дуже кмітливих, ні у мало здібних школярів не буде сильної мотивації, пов'язаної з досягненням, оскільки ситуація змагання буде здаватися або «занадто легкою» або «дуже важкою».

5. Допитливість і пізнавальний інтерес.

Щоб розвивати позитивні мотиви учнів можна діяти через більш ранню стадію діяльності - пізнавальну потребу. Перший початковий рівень цієї потреби - це потреба у враженнях. Па цьому рівні індивід реагує на новизну стимулу. Це фундамент пізнавальної потреби. Наступний рівень - потреба в знаннях (допитливість). Це інтерес до предмету, схильність до його вивчення. Але пізнавальна потреба на рівні допитливості носить стихійно-емоційний характер. На вищому рівні пізнавальна потреба має характер цілеспрямованої діяльності.

У процесі навчання вчителю важливо враховувати і підтримувати в розвитку пізнавальну потребу учня: в молодших класах - допитливість; в старших класах - потреба у творчій діяльності.

6. Взаємовідносини вчителя з класом і навчальна мотивація.

Розвиток навчальної мотивації не можливий, якщо у вчителя не складаються стосунки з конкретним класом. Для усунення цієї ситуації слід встановити:

- Відповідність форми подачі матеріалу рівню розвитку навчальних здібностей дітей (шкідливо як завищення, так і заниження рівня).
- Умови для успішного засвоєння матеріалу (сприятливий психологічний клімат в класі).
- Характер взаємин вчителя з лідером класу, вплив взаємодії «учитель-лідер» на атмосферу в класі.

Список використаної літератури:

1. Арітова О.Н. Вплив мотивації на структуру цілепокладання // психологія 2008.- № 4.- с. 40-52.
2. Берн Е. Ігри, в які грають люди. Психологія людських взаємин. Люди, які грають в ігри. Психологія людської долі. Москва, "Прогрес", 1988.
3. Божович Л.І. Вивчення мотивації поведінки дітей і підлітків. - М., 1972.
4. Вилюнас В. К. Психологічні механізми мотивації людини. М. , 1990
5. Висоцький А. І. Експериментальне дослідження вольової активності. Основні підходи до психологічного дослідження вольової активності особистості // Експериментальні дослідження вольової активності: міжвузівський збірник наукових праць / За ред. А.І. Висоцького та ін. Рязань: РГПІ, 1986. С. 24-38.
6. Гіппенрейтер Ю.Б., Введення в загальну психологію: курс лекцій. - М .: ЧеРо, 2005.
7. Горбачова Є. І, Є. Ю. Савін, А. Е. Фомін, Е. А. Богомолова, К. А. Моісеев - Загальна психологія: Навчальний посібник для студентів заочного відділення / Калуга: КДПУ ім К. Е. Ціолковського, 2005. - 249 с.
8. Джамгаров Т. Т. Виховання вольових якостей - рішучості і сміливості - у радянських воїнів засобами фізичної підготовки: Автореф. дис ... канд. наук. Л., 1954.
9. Добринін Н. Ф. Про визначення та якостях волі // Матеріали I Міжвузівської наукової конференції з проблем психології волі. Рязань, 1964.
10. Дойль В. Психологічні проблеми розвитку психічних якостей спортсмена // Психологія і сучасний спорт. М., 1973.
11. E. Brunswik, 1952; 1956
12. Ермошкаев І. Н. Дослідження розвитку цілеспрямованості, наполегливості, витримки і самовладання в процесі спортивної діяльності лижників-гонщиків: Автореф. дис ... канд. наук. Л., 1972.

13. Єлісєєв О.П. Практикум з психології особистості /Локус контролю - СПб., 2003. С.413-417.

14. Зейгарник Б. В., Холмогорова А. Б., Мазур Е. С. Саморегуляція поведінки в нормі та патології // Психологічний журнал. 1989

15. Зерніченко А.Н., Гончаров Н.В. Мотиваційний процес, структура особистості і трансформація енергії потребностей.- М .: Гардарики, 2002.- 146 с.

16. Зимін П. П. Воля і її виховання у підлітків. Ташкент, 1985.

17. Іванніков В. А. Воля як довільна форма мотивації // Емоційно-вольова регуляція поведінки та діяльності. Тези Всесоюзної конференції. Сімферополь, 1986

18. Іванніков В. А., Ейдман Е. В. Структура вольових якостей за даними самооцінки // Психологічний журнал. 1990. № 3. С. 39-49.

19. Ігнатьєв Є.І. Експериментальне вивчення найпростіших компонентів волі у школярів // Питання психології особистості: Збірник наукових праць. М., 1960. С. 108-129.

20. Ільін Є.П. Мотивація і мотиви. - СПб .: Видавництво "Пітер", 2000. - 512 с. - (Серія "Майстри психології")

21. Ільїн Е. П. Воля: міф чи реальність? // Ананьївський читання-99. Тези науково-практичної конференції. СПб., 1999..

22. Ільїн Е. П. Диференційно-психофізіологічні аспекти емоційно-вольової регуляції // Емоційно-вольова регуляція поведінки та діяльності. Тези Всесоюзної конференції. Сімферополь, 1986.

23. Ільїн Е. П. Психологія волі. - СПб .: Видавництво «Пітер», 2000.

24. Ільїн Е. П. Психологія волі. 2-е изд. СПб .: Пітер 2009.

25. Ільїн Е. П. Робота і особистість. Трудоголізм, перфекціонізм, лінь/ Є. П. Ільїн. - СПб. : Пітер, 2011.

26. Ільїн Е. П./ Психологія волі. 2-ге вид. - СПб .: Пітер, 2009.

27. Ільїн Є. П. Мотивація і мотиви - СПб . : Видавництво "Пітер", 2000.

28. Капралова Р. М. Вплив сімейних відносин на вольове розвиток підлітків: Автореф. дис ... канд. наук. Рязань, 1967.

29. Карелін А. Велика енциклопедія психологічних тестів. - М .: Ексмо, 2007. - 416 с. (С. 20-21)

30. Кіллен К. Питання управління / Пер. під ред. В.І. Ветрова.- М: Альтаїр, 2003.- 342 с.

31. Ковальов В.І. Мотиви поведінки і діяльності. - М .: Инфра-М, 2008. - 232 с.

32. Колосов Д.В. Введення в загальну психологію: Навчальний посібник М .: Норма, 2006.- 493 с.

33. Корж С. В. Про кількісної оцінки вольового зусилля // Питання психології. 1976. № 1.

34. Корнілов К. Н. Воля і її виховання. М., 1957.

35. Кураєв Г. А. , Пожарська Е. Н. Психологія людини: Курс лекцій. - Ростов - на - Дону: УНДІ валеології РГУ, 2002. - 232 с. Тертель А. Л. , Психология. Курс лекцій

36. Лабораторія інтерактивної психодіагностики, 2009-2013/ Збірник психологічних тестів/ «Тест-опитувальник А.В. Звєрькова і Є.В. Ейдман «Дослідження вольової саморегуляції».

37. Левін К. Мотивація і сприйняття в нормі і патологіі.- М .: Просвещение, 2001.- 330 с.

38. Леонтьєв А. Н. Діяльність. Свідомість. Особистість. - 2 - е вид. - М . : Политиздат, 1977.

39. Леонтьєв А. Н. Потреби, мотиви, емоції. М. , 1971

40. М.С. Гуткин, Г.Ф. Михальченко, А.В. Ставків і ін .; Під ред. С.Н. Частковий, Т.І. Шалавін.Твоя професійна кар'єра: Учеб. Для 8-11 кл. загальноосвіт. Установ / - М .: Просвещение, 2000. - 191с. - с.175-182

41. Мазилов В. А. Наукова психологія: тернистий шлях до інтеграції // Праці Ярославського методологічного семінару. Методологія історії. Ярославль, 2003. Т 1. С. 205-237.

42. Максименко С. Д. , Соловієнко В. О. Загальна психологія, Уч. допомога. К . : МАУП, 2000. 256 с

43. Маслоу А. Мотивація і особистість. - СПб .: Євразія, 2009.- 305 с.

44. Махлу Е. С., Раппопорт І. А. Співвідношення пам'яті і вольових якостей особистості // Питання психології. 1980. № 1.

45. Миславський Ю.А. Саморегуляція особистості і трудова активність сільських школярів // Нові дослідження в психології: Збірник наукових праць. М., 1988. № 2 (39). С. 52-57.

46. Мор Г. Я. Формування навичок самоконтролю і взаємоконтролю в учнів // Початкова школа. 1988. № 10.

47. Немов Р. С. Психологія. Учеб. для студентів вищ. пед. навч. закладів. У 2 кн. Кн. 1. Загальні основи України. - М . : Просвещение: Владос, 1994. - 576 с.

48. Немов Р.С. Психологія. Підручник для студентів вищих педагогічних навчальних закладів. У 3 кн. Кн. 1. - 2-е вид. - М., 1995.

49. Німе Р. С. Психологія: Підручник для студ. вищ. під. навч. закладів: У 3 - х кн. Кн. 1: Загальні основи психології. - 2 - е вид. - М . : Владос, 1998. .

50. Пасніченко А.Е. Оцінка індивідуально-вікових особливостей розвитку вольових якостей особистості: Дис. ... Канд. психол. наук. М., 1995.

51. Петренко В. Ф. Психосемантические дослідження мотивації // Питання психології. 1983. № 3. С. 29-39.

52. Полтев А. В. Наполегливість школярів-підлітків і її розвиток в процесі навчальної діяльності: Автореф. дис ... канд. наук. М., 1955.

53. Прихожан А.М. Розвиток впевненості в собі і здатності до самопізнання у дітей 10-12 років (програма курсу занять) // Розвиваючі і корекційні програми для роботи з молодшими школярами та підлітками / Під ред. І.В. Дубровиної. Москва-Тула, 1993.

54. Рубінштейн С. Л. Основи загальної психології. - СПб . : Пітер, 1999.

55. Рудестам К. Групова психотерапія. Психокорекційні групи - теорія і практика. М., 1990.

56. Симонов П. В. Мотивовану мозок. Вища нервова діяльність і природні основи загальної психології. - М. , 1987.

57. Скіннер Б. Теорія посилення мотівацii.- М .: Флінт, 2006.- 234 с

58. Столяренко Л. Д. , Основи психології.

59. Теплов Б. М. , Психологія.

60. Фрейд З. , Булліт У. Т. В. Вільсон. Психологічне дослідження. М . : ІГ «Прогрес», 1999.

61. Хекхаузен Х. Мотивація і діяльність: У 2 - х т. Т. І. - М . : Світ, 1986. - 450 с.

62. Хьелл Л. , Зіглер Д. Теорії особистості. СПб. , 1999.

63. Чирков В.І. Мотивація трудової діяльності. Критичний аналіз зарубіжної теорії трудової мотивації. - М .: Наука, 2002.- 134 с.

64. Шадриков В.Д. Введення в психологію: мотивація поведінки: Підручник М .: Наука, 2009.- 549 с.

65. Шварц С. Психологія мотивації: Навчальний посібник М .: БЕК, 2009.- 310 с.

66. Шінгаев С. М. Психодіагностика та формування вольових якостей курсантів вищого військово-навчального закладу: Дис. ... Канд. психол. наук. СПб., 2001..

67. Штейнмец, А. Е. Загальна психологія: річок. УМО як навч. посібники для студентів вищих навчальних закладів / А. Е. Штейнмец. - Москва: Академія, 2006. - 283

68. Юревич А. В. «Методологічний лібералізм» в психології // Питання психології. 2001. № 5. С. 3-19.

Додаток 1.

Методика дослідження локусу контролю Дж. Роттера.

№	А	Б
1	Діти потрапляють у біду тому, що батьки занадто часто їх карають.	У наш час неприємності відбуваються з дітьми частіше за все тому, що батьки занадто м'яко ставляться до них.
2	Багато невдачі відбуваються від невезіння.	Невдачі людей є результатом їх власних помилок.
3	Одна з головних причин, чому відбуваються аморальні вчинки, полягає в тому, що оточуючі миряться з ними.	Аморальні вчинки будуть відбуватися завжди, незалежно від того, наскільки ретельно навколишні намагаються їм запобігти.
4	Зрештою до людей приходить заслужене визнання.	На жаль, заслуги людини часто залишаються невизнаними.
5	Думка, що викладачі несправедливі до учнів, невірно.	Багато учні не розуміють, що їх позначки можуть залежати від випадкових обставин.
6	Успіх керівника багато в чому залежить від вдалого збігу обставин.	Здатні люди, які не стали керівниками, самі не використали свої можливості.
7	Як би ви не старалися, деякі люди все одно не будуть симпатизувати вам.	Той, хто не зумів завоювати симпатії оточуючих, просто не вміє ладити з іншими.
8	Спадковість відіграє головну роль у формуванні характеру і поведінки людини.	Тільки життєвий досвід визначає характер і поведінку.
9	Я часто помічав справедливість приказки: «Чому бути - того не минути».	По-моєму, краще прийняти рішення і діяти, ніж сподіватися на долю.
10	Для хорошого фахівця навіть перевірка з пристрастю не представляє труднощів.	Навіть добре підготовлений фахівець зазвичай не витримує перевірки з пристрастю.
11	Успіх є результатом наполегливої праці і мало залежить від везіння.	Щоб домогтися успіху, потрібно не упустити нагоду.
12	Кожен громадянин може впливати на важливі державні рішення.	Товариством керують люди, які висунуті на громадські посади, а пересічна людина мало що може зробити.

13	Коли я будую плани, то я взагалі переконаний, що зможу здійснити їх.	Не завжди розсудливо планувати своє життя далеко вперед, тому що багато чого залежить від того, як складуться обставини.
14	Є люди, про яких можна сміливо сказати, що вони погані.	В кожній людині є щось хороше.
15	Здійснення моїх бажань не пов'язане з везінням.	Коли не знають як бути, підкидають монету. По-моєму, в житті можна часто вдаватися до цього.
16	Керівником нерідко стають завдяки щасливому збігу обставин.	Щоб стати керівником, потрібно вміти управляти людьми. Везіння тут ні при чому.
17	Більшість з нас не можуть впливати скільки-небудь серйозно на світові події.	Беручи активну участь у суспільному житті, люди можуть керувати подіями в світі.
18	Більшість людей не розуміють, наскільки їхнє життя залежить від випадкових обставин.	Насправді така річ, як везіння, не існує.
19	Завжди потрібно вміти визнавати свої помилки.	Як правило, краще не підкреслювати своїх помилок.
20	Важко дізнатися, чи дійсно ви подобаєтеся людині чи ні.	Число ваших друзів залежить від того, наскільки ви викликаєте прихильність до себе інших.
21	Зрештою неприємності, які трапляються з нами, врівноважуються приємними подіями.	Більшість невдач є результатом відсутності здібностей, незнання, ліні або всіх трьох причин разом узятих.
22	Якщо докласти чималих зусиль, то формалізм і бездушність можна викорінити.	Є речі, з якими важко боротися, тому формалізм і бездушність не викоренити.
23	Іноді важко зрозуміти, на чому ґрунтуються керівники, коли вони висувають людини на заохочення.	Заохочення залежать від того, наскільки ретельно людина трудиться.
24	Хороший керівник очікує від підлеглих, щоб вони самі вирішували, що вони повинні робити.	Хороший керівник ясно дає зрозуміти, в чому полягає робота кожного підлеглого.
25	Я часто відчуваю, що мало впливаю на те, що відбувається зі мною.	Не вірю, що випадок або доля можуть відігравати важливу роль у моєму житті.

26	Люди самотні через те, що не виявляють дружелюбності до оточуючих.	Марно дуже старатися заручитися підтримкою людей: якщо ти їм подобаєшся, то подобаєшся.
27	Характер людини залежить головним чином від його сили волі.	Характер людини формується в основному в колективі.
28	Те, що зі мною трапляється - це справа моїх власних рук.	Іноді я відчуваю, що моє життя розвивається в напрямку, що не залежить від моєї сили волі.
29	Я часто не можу зрозуміти, чому керівники чинять саме так, а не інакше.	Зрештою, за погане управління організацією відповідальні самі люди, які в ній працюють.

Ключ до тесту.

Екстернальність: 2а, 3б, 4б, 5б, 6а, 7а, 9а, 10б, 11б, 12б, 13б, 15б, 16а, 17а, 18а, 20а, 21а, 22б, 23а, 25а, 26б, 28б, 29а.

Інтернальність: 2б, 3а, 4а, 5а, 6б, 7б, 9б, 10а, 11а, 12а, 13а, 15а, 16б, 17б, 18б, 20б, 21б, 22а, 23б, 25б, 26а, 28а, 29б.

Загальна і максимальна сума балів по інтернальності і екстернальності становить 23, оскільки 6 з 29 питань є фоновими.

Про спрямованість локусу контролю слід судити за відносним перевищенням результатів одного виміру над іншим.

Інтерпретація результатів тесту. У практиці психодіагностики за локусом контролю судять про когнітивному стилю, що проявляється в сфері навчання, в тому числі і професійного. Оскільки когнітивні компоненти психіки присутні у всіх її явищах, то уявлення про локус контролю поширюються і на характеристики особистості в її діяльності.

Для екстерналів властиво зовні спрямована захисна поведінка, як атрибуцію ситуації вони вважають за краще мати шанс на успіх. У загальному плані це вказує на те, що будь-яка ситуація екстернала бажана як зовні стимульована, причому у випадках успіху відбувається демонстрація здібностей.

Екстернал переконаний, що його невдачі є результатом невезіння, випадковостей, негативного впливу інших людей. Схвалення і підтримка таким

людям дуже необхідні, інакше вони працюють все гірше. Однак особливої вдячності за співчуття від екстерналів не доводиться очікувати.

Інтернали мають атрибуцією ситуації найчастіше переконання в не випадковості їх успіхів або невдач, що залежать від компетентності, цілеспрямованості, рівня здібностей і є закономірним результатом цілеспрямованої діяльності і самодіяльності.

У структуруванні процесу цілеутворення і його стратегій провідною мотивацією для інтерналів є пошук его-ідентичності, незалежно і ортогонально по відношенню до екстравертованості або інтровертованості. Внаслідок більшої когнітивної активності інтернали мають ширші часові перспективи, що охоплюють значну безліч подій як майбутнього, так і минулого. При цьому їх поведінка направлено на послідовне досягнення успіху шляхом розвитку навичок і більш глибокої обробки інформації, постановки все зростаючих за своєю складністю завдань. Потреба в досягненні, таким чином, має тенденцію до підвищення, пов'язану зі збільшенням значень особистісної та реактивної тривожності, що є передумовою для можливої більшої фрустрованості і меншої стресостійкості у випадках серйозних невдач. Однак в цілому в реальному, що спостерігається в поведінці, інтернали справляють враження досить упевнених в собі людей, тим більше що в житті вони частіше займають більш високе суспільне становище, ніж екстернали, - як вважають Дж.Дігман, Р.Кеттелл і Дж.Роттер.

Для екстерналів виявляється зв'язок з емоційною нестабільністю і практичним, неопосередкованим мисленням, для інтерналів відзначається емоційна стабільність і схильність до теоретичного мислення, абстрагування і синтезу уявлень.

В цілому у відповідності зі ставленням параметрів активності і реактивності (і в зв'язку з мотивацією досягнення і відносини) вектор екстернальності-інтернальності збігається з вектором рефлексії.

Додаток 2.

Методика дослідження вольової організації особистості М.С. Гуткіна.

Питання	Так	Скоріше так, ніж ні	Скоріше ні, ніж так	Ні
1. Щастя - це коли пощастить 2. Мої плани на майбутнє рідко виявляються реальними 3. Після того як я вже зважився зробити, я, як правило, ще розгойдується, перш ніж почати 4. Часто через лінь я відкладаю розпочату роботу 5. Часто я поступаю по першому спонуканню «Зроблено - і хай буде, що буде» 6. Зазвичай без сторонньої допомоги я можу відірватися від якого-небудь спокуси (читання цікавої книги, хвилюючий телефільм і т. д.) і зайнятися потрібною справою 7. У суперечках про життя я буваю прав частіше, ніж мої друзі 8. Я вже вибрав для себе справу, якій міг би присвятити все своє життя 9. Я рідко спізнююся на заняття 10. Зазвичай я дуже довго не можу зважитися на якусь справу 11. Будь-яку справу я прагну довести до кінця 12. Я більш інших запальний і дратівливий 13. Я легко заражаюсь настроєм інших людей 14. Зазвичай все у мене виходить з першої спроби 15. Я люблю читати книги про життя чудових людей 16. Мені вдалося позбутися від деяких шкідливих звичок (постійно спізнюватися, курити і т. д.) 17. Про мене можуть сказати, що я не з боязкого десятка 18. Я нерідко байдужію до справи, яка ще недавно здавалася мені цікавою 19. При розмові з людиною, якого я соромлюся або боюся, я зазвичай так хвилююся, що моя мова помітно змінюється 20. Найчастіше мені потрібні підштовхування з боку, щоб довести розпочату справу до кінця 21. Мені добре знайоме почуття ліні 22. Я живу цікавим і повноцінним життям 23. Мені найчастіше вдається виконувати				

намічене на день 24. Я частіше буваю впевненим в собі 25. У мене багато занедбаних справ 26. Я володію витримкою і холоднокровністю 27. Вислухавши доводи одного суперечливого боку, я зазвичай приймаю її точку зору, а після вислуховування іншого боку хотів би прийняти протилежну 28. Моя впертість іноді заважає мені 29. Моє майбутнє уявляється мені ще дуже невизначеним 30. Досить часто я не виконую обіцяного 31. У новій і незнайомій ситуації я, як правило, гублюся і ніяковію 32. Я можу назвати себе людиною з твердим характером 33. Часто тривожні думки долають мене настільки, що довго не дають заснути 34. У відносинах з товаришами я частіше буваю в ролі підлеглого, ніж начальника 35. До сих пір ще нікому не вдавалося вивести мене з терпіння 36. Я можу віднести себе до тих людей, які ясно бачать своє життєве покликання 37. Я хотів би домогтися в житті багато чого, але погано уявляю, яким саме чином 38. Коли я спізнююся на урок або заняття, мені зазвичай буває важко відкрити двері і ввійти 39. Завзятість - риса мого характеру 40. Як правило, я господар свого становища 41. Мені легше живеться, коли хто-небудь з дорослих контролює кожен крок 42. У своїх вчинках я повністю незалежний від інших 43. Мене в житті цікавить то одне, то інше, і важко чогось віддати перевагу 44. Мені дуже не вистачає зібраності і акуратності в справах 45. Я часто відчуваю почуття невпевненості в успіху розпочатої справи 46. У мене ліні більше, ніж у інших 47. Мої власні емоції мені часто заважають у житті 48. Жити мудрими думками інших краще, ніж своїми				

49. Я іноді відкладаю дуже важливе розпочату справу 50. Я хотів би докорінно змінити своє життя 51. Я дотримуюся режиму дня навіть у вільний від навчання час 52. Відповідаючи на всі ці питання, мені неважко було вибирати між «так» і «ні» 53. Я часто, не закінчивши однієї справи, хапаюся за інше, не закінчивши іншого - за третє і т.д. 54. Мені, як правило, вдається змусити себе зробити малоприємне, але корисне в майбутньому справа 55. Я досить часто роблю щось з усіма за компанію, навіть коли не дуже хотів би це робити 56. Коли я зайнятий чимось дуже відповідальним, мою увагу все одно можна відвернути				

Обробка і інтерпретація результатів.

Після заповнення опитувальника ви отримаєте ключі відповідей, куди треба перенести свої результати. У таблиці-ключі знак «№» означає номер затвердження в опитувальнику.

Кружком в таблиці-ключі обведіть бал, що стоїть на тому-місці, де при заповненні опитувальника ви поставили знак +.

Приклад: на твердження № 8 ви відповіли «скоріше« так », ніж ні», і поставили в опитувальнику знак «+» у другій колонці. Значить, в таблиці-ключі проти № 8 обведіть кружком цифру 2.

Набрані бали підсумуйте по вертикалі окремо по кожному стовпчику. Результат фіксується внизу колонки. Потім підсумуйте результати перших шести колонок.

Сума фіксується під індексом В. Результат сьомиої колонки сюди не входить і розглядається окремо.

Умовні позначення.

Ц - Ціннісно-смислова організація особистості

Про - Організація діяльності

Р - Рішучість

Н - Наполегливість

З - Самовладання

См - Самостійність

Л - Показник брехні

В - Загальний показник, що характеризує вольову організацію особистості

Тим з вас, хто має загальний низький бал (В) або низьку суму балів за будь-якою з окремих факторів (Ц, Н і т.д.), рекомендується звернути велику увагу на самовиховання; тим же, у кого ці показники високі, пам'ятати, що без постійного підкріплення і тренування ця риса може ослабнути.

Сума набраних балів і значення.

0-8: Дана вольова якість потребує розвитку і тренування, його нерозвиненість заважає людині в досягненні поставлених завдань.

9-16: Дане вольова якість розвинена в достатній мірі.

17-24: Вольова якість розвинена в сильній мірі, є одною з визначальних в структурі вольової організації особистості. Слід звернути увагу учня на те, що без достатнього розвитку інших факторів постановка якихось особистих цілей, шляхи і способи їх досягнення можуть бути ускладнені.

Ті, хто набрав 17-24 балів по сьомому фактору (Л) (брехня), при відповідях на питання були недостатньо щирі, тому отримані результати не відповідають дійсному стану речей. Заповніть опитувальник ще раз, оцінивши себе більш критично.

Загальний показник (В)

0-48 балів - вольові якості особистості потребують тренування і розвитку. Вам рекомендується серйозна робота по самовихованню. Особливу увагу слід приділити тим факторам, за якими у вас найменші суми балів.

49-96 балів - вольові якості особистості розвинені в достатній мірі.

97-144 балів - показник високого рівня вольової організації особистості, що свідчить про здатність з достатнім ступенем усвідомленості і почуття

реальності визначати для себе цілі, шляхи та способи її досягнення. Пам'ятайте, що завжди є небезпека ослаблення вольових якостей.

Ключ

10123	20123	30123	40123	50123	60123	73210
83210	93210	100123	113210	120123	130123	143210
153210	160123	173210	180123	190123	203210	210123
223210	233210	243210	250123	263210	270123	280123
290123	300123	310123	323210	330123	340123	353210
363210	373210	380123	393210	403210	410123	423210
430123	440123	450123	460123	470123	480123	490123
500123	513210	523210	530123	543210	550123	560123
Ц=	О=	Р=	Н=	С=	См=	Л=

Додаток 3.

Вивчення довільного самоконтролю.

1. Мене вважають запальною, невитриманою людиною:

а) так (0);

б) не впевнений (1);

в) немає (2).

2. Я поступаюся місцем в міському транспорті літнім людям і пасажирам з маленькими дітьми:

а) в будь-якому випадку (2);

б) іноді (1);

в) тільки, якщо на цьому наполягають (0).

3. Я схильний стежити за проявом своїх почуттів:

а) завжди (2);

б) іноді (1);

в) рідко (0).

4. Якщо в отриманому завданні щось залишається для мене незрозумілим, я:

а) завжди уточнюю все неясності до виконання завдання (2);

б) вчиняю так іноді (1);

в) уточнюю неясності вже по ходу справи (0).

5. Я перевіряю свої дії під час роботи:

а) постійно (2);

б) від випадку до випадку (1);

в) рідко (0).

6. Перш ніж висувати будь-якої аргумент, я вважаю за краще почекати, поки не буду переконаний, що правий:

а) завжди (2);

б) зазвичай (1);

в) тільки якщо доцільно (0).

7. Вважаю, що кожна конкретна ситуація вимагає певного стилю в одязі:

а) згоден (2);

б) частково (1);

в) не згоден (0).

8. Зазвичай я висловлюю свою думку після старших за віком і положенню:

а) так(2);

б) не завжди (1);

в) немає (0).

9. Мені подобається робота, що вимагає сумлінності, точних навичок:

а) і (2);

б) щось середнє (1);

в) немає (0).

10. Якщо я червонію, я завжди відчуваю це:

а) так (2);

б) іноді (1);

в) немає (0).

11. У процесі роботи я намагаюся перевірити правильність її виконання:

а) завжди (2);

б) від випадку до випадку (1);

в) тільки коли впевнений, що допустив помилки (0).

12. Якщо у мене виникають сумніви в тому, чи правильно я зрозумів значення для читаного службового тексту, то я:

а) ще раз перечитую неясне місце в тексті (2);

б) поступаю так іноді (1);

в) не надаю цьому значення, переходжу до чергового етапу роботи (0).

13. Після закінчення роботи привожу своє робоче місце в порядок, готую його до наступного робочого дня:

а) зазвичай (2);

б) іноді (1);

в) рідко (0).

14. Я досить вимоглива людина і завжди наполягаю на тому, щоб все робилося, по можливості, правильно:

а) так (2);

б) щось середнє (1);

в) немає (0).

15. У своїх вчинках я завжди намагаюся ретельно дотримуватися прийнятих у суспільстві правил поведінки:

а) так (2);

б) не впевнений (1);

в) немає (0).

16. Я не буваю грубий навіть з тими людьми, які мені дуже неприємні:

а) вірно (2);

б) не завжди (1);

в) невірно (0).

17. Якщо при читанні інструкції я зустрічаю будь-які неясності, то я:

а) не звертаю на них уваги, продовжую читати далі (0);

б) поступаю так іноді (1);

в) намагаюся в них розібратися (2).

18. Часто я занадто швидко починаю сердитися на людей:

а) так (0);

б) іноді (1);

в) немає (2).

19. У громадських місцях я намагаюся не говорити голосно:

а) завжди дотримуюся цього правила (2);

б) іноді дотримуюся цього правила (1);

в) рідко дотримуюся цього правила (0).

20. Помилки в виконаній роботі слід виправляти:

а) тільки в тих випадках, якщо хто-небудь на них вкаже (0);

б) щось середнє (1);

в) не чекати, поки інші вкажуть на них (2).

21. Коли я сильно переживаю з якогось приводу, то перестаю стежити за своїми діями:

а) майже завжди (0);

б) іноді (1);

в) рідко (2).

22. Коли я планую свою діяльність, то передбачаю час на перевірку виконаної роботи:

а) завжди (2);

б) іноді (1);

в) рідко (0).

23. При виконанні завдання я задовольняюся тільки тоді, коли належна увага приділена до всіх дрібниць:

а) правильно (2);

б) не впевнений (1);

в) неправильно (0).

24. Виступаючи перед аудиторією, я намагаюся стежити за своїм голосом і жестами:

а) завжди (2);

б) іноді (1);

в) рідко (0).

25. Я не приступаю до роботи, поки не буду переконаний, що все необхідне для цього вже лежить на своєму місці:

а) зазвичай (2);

б) іноді (1);

в) рідко (0).

26. Йдучи з дому, я не маю звички перевіряти, чи вимкнув я світло, газ, праска, воду:

а) згоден (0);

б) не впевнений (1);

в) не згоден (2).

27. У спілкуванні я:

а) вільно проявляю свої почуття (0);

б) щось середнє (1);

в) не виражаю своїх почуттів (2).

28. Якщо я мимоволі порушив правила поведінки, перебуваючи в суспільстві, то я скоро забуваю про це:

а) так (0);

б) щось середнє (1);

в) ні (2).

29. Іноді мені кажуть про те, що в моєму голосі і манерах надмірно проявляється збудження:

а) так (0);

б) не впевнений (1);

в) ні(2).

30. Я підтримую порядок у своїй кімнаті, всі речі завжди лежать на своїх місцях:

а) так (2);

б) щось середнє (1);

в) ні (0).

31. Я - людина пунктуальний і зазвичай нікуди не спізнююся:

а) вірно (2);

б) не завжди (1);

в) невірно (0).

32. Під впливом моменту я рідко говорю речі, про які потім дуже шкодую:

а) правильно (2);

б) не впевнений (1);

в) неправильно (0).

33. Мені кажуть, що коли я занадто захоплено щось розповідаю, моя мова стає кілька плутано:

а) вірно (0);

б) частково (1);

в) невірно (2).

34. Я їм з таким задоволенням, що буваю при цьому не завжди акуратний, як інші:

а) правильно (0);

б) не впевнений (1);

в) неправильно (2).

35. Коли я засмучений, я стежу за тим, щоб приховати свої почуття:

а) правильно (2);

б) щось середнє (1);

в) неправильно (0).

36.Прі розмові я віддаю перевагу:

а) висловлювати думки так, як вони приходять мені в голову (0);

б) щось середнє (1);

в) спочатку сформулювати думку краще (2).

Про вираженість схильності до самоконтролю в емоційній сфері свідчать відповіді по пунктах 1, 3, 10, 18, 21, 24, 27, 29, 32, 33, 35.

Про вираженість схильності до самоконтролю в діяльності - відповіді по пунктах 4, 5, 9, 11, 12, 13, 14, 17, 20, 22, 23, 25. При цьому питання 4, 12, 25 направлені на виявлення ступеня вираженості попереднього (антиципуючого) контролю, а питання 5, 11, 23 - поточного, тобто самоконтролю, включеного вже в процес виконуваної діяльності.

Про вираженість схильності до соціального самоконтролю свідчать відповіді по пунктах 2, 6, 7, 8, 15, 16, 19, 26, 28, 30, 31, 34, 36.

Ступінь вираженості схильності до самоконтролю (за видами і загальної) визначається набраної сумою балів (відповідно до набраних по кожному відповіді - від 0 до 2).

Додаток 4.

Опитувальник для оцінки своєї наполегливості.

Текст опитувальника.

1. Я вже визначив свою мету на майбутнє і готуюся до її досягнення.

2. Я систематично прагну до наміченої мети, якою б далекою вона не була.

3. У мене зазвичай пропадає бажання домагатися далекої мети, якщо що-небудь цьому перешкоджає.

4. Навіть при невдачах я впевнений, що все одно доб'юся свого.

5. Я намагаюся не ставити перед собою дуже далеких цілей, так як вважаю, що легше жити сьогоднішнім днем.

6. Я кілька разів намагався займатися самовдосконаленням, але з цього так нічого і не вийшло.

7. Невдачі вибивають мене з колії, і я відмовляюся від наміру досягти чогось значного.

8. Якщо вже я поставив перед собою важливу для мене мета, то мене важко зупинити.

9. Поразка спонукає мене діяти з подвоєною силою.

10. Я багато разів намагався спланувати свою тиждень, але так і не зміг виконати наміченого через погану самоорганізації.

11. При виникненні труднощів я починаю сумніватися, чи варто

продовжувати розпочате.

12. Мені часто буває важко довести справу до кінця, особливо якщо для цього потрібні тижні і місяці.

13. Мої близькі вважають мене одержимим.

14. Я відчуваю велике задоволення, коли добиваюся наміченого всупереч наявним труднощів.

15. Я часто кидаю на половині шляху розпочаті справи, втрачаючи до них інтерес.

16. Я вмію чекати і терпіти, тому віддалені цілі мене не лякають.

17. Перешкоди лише розохочують мене, роблять мої рішення більш твердими.

18. Лінь, а не сумніви в успіху, змушує мене занадто часто відмовлятися від досягнення мети.

Ключ до оцінки відповідей. По одному балу нараховується за відповіді «так» по позиціях 1, 2, 4, 8, 9, 13, 14, 16, 17 і за відповіді «ні» по позиціях 3, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 15, 18.

Чим більша сума набраних по всіх позиціях балів, тим більше у обстеженого виражена самооцінка наполегливості, яка свідчить про його схильності доводити почату справу до кінця.

Додаток 5.

Опитувальник для оцінки своєї завзятості.

Текст опитувальника.

1. Якщо це необхідно, я до кінця виконую навіть нудну, одноманітну роботу.

2. Зазвичай я працюю до тих пір, поки є бажання.

3. Мені подобається вирішувати важкі завдання, головоломки, все те, що називають «важким горішком».

4. Навіть якщо в роботі не все виходить, намагаюся продовжувати розпочату справу.

5. Я багато разів намагався планувати свій день, але не зміг виконати

наміченого.

6. По можливості я уникаю важкої роботи.

7. Якщо у мене щось не виходить, я роблю це ще і ще раз.

8. Встановивши розпорядок дня, я ретельно його дотримуюся, навіть коли мені цього не хочеться.

9. При скруті я часто починаю сумніватися, чи варто продовжувати розпочату роботу.

10. Якщо мені хтось не дозволяє зробити те, що я хочу, я все одно намагаюся виконати задумане.

11. Коли щось не ладиться, я нетерплячий і готовий послати все до біса.

12. Коли я граю в шахи або іншу гру, то пручаюся до останньої можливості.

13. У суперечці я частіше за все не намагаюся переконати інших.

14. Завжди намагаюся до кінця виконати доручену мені справу, незважаючи на виникаючі труднощі.

15. Я завжди відстоюю свою думку, якщо впевнений, що правий.

16. При вирішенні складного завдання я намагаюся сам розібратися в ній, а не сподіваюся на допомогу інших.

17. У суперечці я зазвичай тушуюсь перед напором опонента.

18. Коли я впевнений, що стою на правильному шляху, для доведення своєї правоти я можу працювати скільки завгодно, навіть якщо мені будуть заважати.

Ключ для визначення ступеня завзятості.

Чи нараховується по одному балу за відповіді «так» по позиціях 1, 3, 4, 7, 8, 10, 12, 14, 15, 16, 18 і за відповіді «ні» по позиціях 2, 5, 6. 9, 11, 13, 17.

Чим більше балів набере обстежуваний, тим вище у нього завзятість.

Додаток 6.

Експериментальна діагностика завадостійкості (самоконтролю діяльності при наявності зовнішніх перешкод).

Результати роботи в кожній серії підраховуються за формулою:

$N\ Ka = (N - W)\ C$,

де Ka - коефіцієнт продуктивності; N - число завдань, які учень вирішив; W - число помилково вирішених завдань; C - константа, що залежить від часу, тобто максимальне число завдань, яке можна вирішити за цей час (підбирається емпірично).

Для того щоб з'ясувати вплив перешкод на продуктивність роботи, результати другої серії порівнюються з усередненим результатом першої і третьої серій (усереднений результат цих серій береться для того, щоб по можливості виключити фактор втоми).

Продуктивність роботи в другій серії обчислюється в % від усередненого результату першої і третьої серій.

Після проведення всіх серій в бесіді з учнями експериментатор з'ясовує наступні питання: ставлення учня до експерименту (сподобався, не сподобався, чому), в якій серії було найлегше працювати і в який відчував найбільші труднощі і чому, наскільки для учня були сильні перешкоди в другій серії (дуже заважали, заважали частково, не заважали зовсім), як учень боровся з перешкодами і т.п.

Крім питань, що стосуються безпосередньо експерименту, експериментатор також з'ясовує: що найбільше учневі заважає при підготовці уроків (шум, розмови, музика і т. п.), що частіше при вирішенні завдань, читанні і т.д. учневі заважає зосередитися (сторонні думки, радісну звістку, будь-які неприємності, образа і т.п.), як учень реагує на приємне і неприємне в житті і т.д.

Всі дані експерименту записуються в протокол.

Продуктивність роботи в кожній серії обчислюється за формулою, наведеною в першому варіанті. У четвертому варіанті експерименту знаком W позначається число не тільки неправильно вирішених завдань, а й число завдань, вирішених зовсім (коли випробуваний відмовився вирішувати).

Додаток 7.

Оцінка сили та тривалих вольових зусиль за А. Н. Шадріним.

Дані, що відображають тривалість роботи, пов'язаної з проявом вольового зусилля, а також зареєстрована величина пульсу в період відмови від роботи заносяться до протоколу за наведеною формою.

Форма протоколу:

ПІБ	Частота пульсу в спокої, уд / хв	Тривалість анаеробної фази роботи, з	Частота пульсу в момент відмови від роботи, уд / хв	Розрахункова величина сили вольового напруги

Тривалість наростання неприємного переживання визначається за часом виконання роботи з моменту досягнення частоти пульсу 170 уд/хв до моменту припинення роботи іобозначается символом Тв.

Ступінь наростання вольового зусилля проявляється в збільшенні частоти пульсу від 170 до кінцевого результату. Автор методики вважає, що величина приросту пульсу у вирішальній мірі визначається гормональними факторами стресу, зокрема, адреналіном.

Збільшення швидкості пульсу в даному випадку відбувається з прискоренням (А), яке може бути обчислено за формулою:

$$A = \frac{P_к - 2{,}83}{T_в},$$

де А - прискорення пульсу (уд/хв); Рк - частота пульсу в момент відмови від роботи (уд/хв); 2,83 - Постійна величина (пульс при стійкому стані в уд/хв); Тв - час виконання роботи з проявом вольового зусилля.

Виходячи з отриманої величини, робиться висновок про вольові можливості людини.

Додаток 8.

Анкета «саморегуляції проявів ліні» Д. А. Богданової і С. Т. Посохової.
Бланк.

Ситуація	Треба зробити	Не треба зробити	Буду робити	Не буду робити				
Втомленість								

Хвороба								
Немає настрою								
Нудьга								
Сонливість								
Голод								
Нецікава справа								
Безглузда справа								
Безцільна справа								
Важкка справа								
Перегрузки								
Зовнішній тиск								
Дефіцит можливостей								

Обробка результатів.

Обробка відповідей здійснюється за допомогою підрахунку коефіцієнта саморегуляції. Кожному варіанту вибору присвоюється числове значення: повинність («треба» - 8 балів, «буду» - 4 бали), виконання («не треба» - 6 балів, «не буду» - 2 бали). Розрахунок коефіцієнта здійснюється за формулою: показник повинності / показник виконання.

Наприклад, якщо вибір представляє «треба» і «не буду», то коефіцієнт саморегуляції складе 8: 2 = 4 бали.

В результаті обробки можливе отримання чотирьох значень коефіцієнта:

• 4 бали - нездатність до подолання ліні за рахунок саморегуляції;

• 3 бали - низька здатність до подолання ліні, недостатня саморегуляція;

• 2 бали - досить виражена здатність в подоланні ліні, досить високий рівень саморегуляції;

• 1 бал - яскраво виражена здатність до подолання ліні, високий рівень саморегуляції.

Інтерпретація результатів. При інтерпретації результатів слід мати на увазі, що в методиці спочатку задані ситуації, що провокують виникнення ліні.

Подальший аналіз передбачає можливість визначення рівня довільної саморегуляції в кожній з представлених ситуацій з урахуванням специфіки діяльності - навчальної або розважальної. Отримані показники можуть говорити про чотири рівня прояву саморегуляції:

• так звана надрегуляція, яка відображає нездатність відмовитися від виконання діяльності при внутрішньому усвідомленні відсутності необхідності в його виконанні;

• висока здатність до саморегуляції, а саме усвідомлення необхідності виконання діяльності і безпосереднє її виконання;

• низький ступінь саморегуляції при відсутності внутрішньої конфліктності, тобто внутрішнє уявлення про відсутність необхідності виконання більшості наявних справ і, відповідно, відмова від їх виконання;

• дуже низький рівень саморегуляції, що відображає неможливість і небажання виконувати справу навіть при усвідомленні його необхідності.

Додаток 9.

Тест-опитувальник «Дослідження вольової саморегуляції».

Тест:

1. Якщо щось не клеїться, у мене нерідко з'являється бажання кинути цю справу.

2. Я не відмовляюся від своїх планів і справ, навіть якщо доводиться вибирати між ними і приємною компанією.

3. При необхідності мені неважко стримати спалах гніву.

4. Зазвичай я зберігаю спокій в очікуванні до призначеного часу приятеля, що спізнюється.

5. Мене важко відволікти від розпочатої роботи.

6. Мене сильно вибиває з колії фізичний біль.

7. Я завжди намагаюся вислухати співрозмовника, не перебиваючи, навіть якщо не терпиться йому заперечити.

8. Я завжди «гну» свою лінію.

9. Якщо треба, я можу не спати всю ніч (наприклад, робота, чергування)

і весь наступний день бути в «хорошій формі».

10. Мої плани занадто часто перекреслюються зовнішніми обставинами.

11. Я вважаю себе терплячою людиною.

12. Не так-то просто мені змусити себе холоднокровно спостерігати хвилююче видовище.

13. Мені рідко вдається змусити себе продовжувати роботу після серії образливих невдач.

14. Якщо я ставлюся до когось погано, мені важко приховувати свою напріязнь до нього.

15. При необхідності я можу займатися своєю справою в незручній і невідповідній обстановці.

16. Мені сильно ускладнює роботу усвідомлення того, що її необхідно будь-що-будь зробити до певного терміну.

17. Вважаю себе рішучою людиною.

18. З фізичною втомою я справляюся легше, ніж інші.

19. Краще почекати тільки що зачинившийся ліфт, ніж підніматися по сходах.

20. Зіпсувати мені настрій не так-то просто.

21. Іноді якась дрібниця опановує мої думки, не дає спокою, і я ніяк не можу від неї звільнитися.

22. Мені важче зосередитися на завданні або роботі, ніж іншим.

23. Переспорити мене важко.

24. Я завжди прагну довести розпочату справу до кінця.

25. Мене легко відволікти від справ.

26. Я помічаю іноді, що намагаюся домогтися свого всупереч об'єктивним обставинам.

27. Люди часом заздрять моєму терпінню і скрупульозності.

28. Мені важко зберегти спокій у стресовій ситуації.

29. Я помічаю, що під час монотонної роботи мимоволі починаю змінювати спосіб дії, навіть якщо це часом призводить до погіршення

результатів.

30. Мене зазвичай сильно дратує, коли «перед носом» зачиняються двері транспорту або ліфта.

Обробка результатів:

Мета обробки результатів - визначення величин індексів вольової саморегуляції за пунктами загальної шкали (В) і індексів по субшкалам «наполегливість» (Н) і «самовладання» (С).

Кожен індекс - це сума балів, отримана при підрахунку збігів відповідей випробуваного з ключем загальної шкали або субшкали.

В опитувальних листах 6 маскувальних тверджень. Тому загальний сумарний бал за шкалою «В» повинен знаходитися в діапазоні від 0 до 24, по субшкалі «наполегливість» - від 0 до 16 і по субшкалі «самовладання» - від 0 до 13:

Ключ для підрахунку індексів вольової саморегуляції.

Загальна шкала.

1-, 2+, 3+, 4+, 5 +, 6, 7 +, 9 +, 10, 11+, 13-, 14-, 16-, 17+, 18+, 20+, 21- , 22- , 24+, 25-, 27+, 28-, 29-, 30-

«Наполегливість».

1-, 2 +, 5 +, 6, 9 +, 10, 11+, 13-, 16-, 17+, 18+, 20+, 22-, 24+, 25-, 27+

«Самовладання»

3+, 4+, 5+, 7 +, 13-, 14-, 16-, 21-, 24+, 27+, 28-, 29-, 30-

Аналіз результатів.

У найзагальнішому вигляді під рівнем вольової саморегуляції розуміється міра оволодіння власною поведінкою в різних ситуаціях, здатність свідомо керувати своїми діями, станами і спонуканнями.

Рівень розвитку вольової саморегуляції може бути охарактеризований в цілому і окремо по таким властивостям характеру як наполегливість і самовладання.

Рівні вольової саморегуляції визначаються в зіставленні з середніми значеннями кожної з шкал. Якщо вони складають більше половини максимально можливої суми збігів, то даний показник відображає високий

рівень розвитку загальної саморегуляції, наполегливості або самовладання. Для шкали «В» ця величина дорівнює 12, для шкали «Н» - 8, для шкали «С» - 6.

Високий бал за шкалою «В» характерний для осіб емоційно зрілих, активних, незалежних, самостійних. Їх відрізняє спокій, впевненість в собі, стійкість намірів, реалістичність поглядів, розвинене почуття власної боргу. Як правило, вони добре рефлексують особисті мотиви, планомірно реалізують виниклі наміри, вміють розподіляти зусилля і здатні контролювати свої вчинки, мають виражену соціально-позитивною спрямованістю. У граничних випадках у них можливо наростання внутрішньої напруженості, пов'язаної з прагненням проконтролювати кожен нюанс власної поведінки і тривогою з приводу найменшої її спонтанності.

Низький бал спостерігається у людей чутливих, емоційно нестійких, ранимих, невпевнених у собі. Рефлексивність у них невисока, а загальний фон активності, як правило, знижений. Їм властива імпульсивність і нестійкість намірів. Це може бути пов'язано як з незрілістю, так і з вираженою витонченістю натури, не підкріпленою здатністю до рефлексії і самоконтролю.

Субшкала «наполегливість» характеризує силу намірів людини - її прагнення до завершення розпочатої справи. На позитивному полюсі - діяльні, працездатні люди, активно прагнуть до виконання наміченого, їх мобілізують перепони на шляху до мети, але відволікають альтернативи і спокуси, головна їх цінність - розпочата справа. Таким людям властива повага соціальним нормам, прагнення повністю підпорядкувати їм свою поведінку. В крайньому вираженні можлива втрата гнучкості поведінки, поява маніакальних тенденцій. Низькі значення за даною шкалою свідчать про підвищену лабільності, невпевненості, імпульсивності, які можуть призводити до непослідовності і навіть розкиданості поведінки. Знижений фон активності і працездатності, як правило, компенсується у таких осіб підвищеною чутливістю, гнучкістю, винахідливістю, а також тенденцією до вільного трактування соціальних норм.

Субшкала «самовладання» відображає рівень довільного контролю емоційних реакцій і станів. Високий бал за субшкалою набирають люди

емоційно стійкі, добре володіють собою в різних ситуаціях. Властивий їм внутрішній спокій, впевненість в собі звільняє від страху перед невідомістю, підвищує готовність до сприйняття нового, несподіваного і, як правило, поєднується зі свободою поглядів, тенденцією до новаторства і радикалізму. Разом з тим прагнення до постійного самоконтролю, надмірне свідоме обмеження спонтанності може призводити до підвищення внутрішньої напруженості, переважанню постійної заклопотаності і стомлюваності.

На іншому полюсі даної субшкали - спонтанність і імпульсивність в поєднанні з уразливістю і перевагою традиційних поглядів захищають людину від інтенсивних переживань і внутрішніх конфліктів, сприяють незворушного фону настрою.

Соціальна бажаність високих показників за шкалою неоднозначна. Високі рівні розвитку вольової саморегуляції можуть бути пов'язані з проблемами в організації життєдіяльності та стосунках з людьми. Часто вони відображають появу дезадаптивних рис і форм поведінки. На відміну від них низькі рівні наполегливості і самовладання в ряді випадків виконують компенсаторні функції. Але також свідчать про порушення в розвитку властивостей особистості і її умінні будувати відносини з іншими людьми і адекватно реагувати на ті чи інші ситуації.

Отримавши інформацію про усвідомлені особливості саморегуляції, можна розробити програму вдосконалення, зазначивши ті властивості, які в першу чергу потребують розвитку або корекції.

Додаток 10.

Шкала оцінки потреби в досягненні.

Судження:

1. Думаю, що успіх в житті залежить радше від випадку, ніж від розрахунку.
2. Якщо я втрачу улюблене заняття, життя для мене втратить будь-який сенс.
3. Для мене в будь-якій справі важливіше не її виконання, а кінцевий результат.
4. Вважаю, що люди більше страждають від невдач на роботі, ніж від поганих взаємин з близькими.

5. На мою думку, більшість людей живуть далекими цілями, а не близькими.

6. У житті у мене було більше успіхів, ніж невдач.

7. Емоційні люди мені подобаються більше, ніж діяльні.

8. Навіть у звичайній роботі я намагаюся удосконалити деякі її елементи.

9. Цілком зайнятий думками про успіх, я можу забути про запобіжні заходи.

10. Мої близькі вважають мене ледачим.

11. Думаю, що в моїх невдачах винні скоріше обставини, ніж я сам.

12. Терпіння в мені більше, ніж здібностей.

13. Мої батьки занадто суворо контролювали мене.

14. Лінь, а не сумнів в успіху змушує мене часто відмовлятися від своїх намірів.

15. Думаю, що я впевнена в собі людина.

16. Заради успіху я можу ризикнути, навіть якщо шанси невеликі.

17. Я старанна людина.

18. Коли все йде гладко, моя енергія посилюється.

19. Якби я був журналістом, я писав би радше про оригінальні винаходи людей, ніж про події.

20. Мої близькі зазвичай не поділяють моїх планів.

21. Рівень моїх вимог до життя нижчий, ніж у моїх товаришів.

– Мені здається, що наполегливості в мені більше, ніж здібностей.

Обробка результатів і інтерпретація:

На відміну від багатьох раніше описаних тестів-опитувальників шкала потреби в досягненнях має доцільний (стінові) норми, тому конкретний результат можна оцінити за допомогою такої таблиці:

Стени	Рівень мотивації досягнення									
	низький			середній				високий		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Сума балів	2-9	10	11	12	13	14	15	16	17	18-19

Відповіді «Так» на питання 2, 6, 7, 8, 14, 16, 18, 19, 21, 22;

Відповіді "Ні" на питання 1, 3, 4, 5, 9, 11, 12, 13, 15, 17, 20.

Додаток 11.

Авторська корекційно-розвиваюча програма, спрямована на підвищення мотивації досягнення успіху у дітей підліткового віку.

Заняття 1

«Твір історій».

Педагог вимовляє перше речення, потім за годинниковою стрілкою кожен з учасників називає свою пропозицію, продовжуючи розповідь і т.д. У

підсумку виходить колективна розповідь, яка потім і обговорюється. Можливі теми: недільний день, з сім'єю на відпочинок і т.д.

«Побудуватися по зростанню з закритими очима».

Підлітки стають в коло, педагог пояснює, що зараз по його команді всі одночасно закриють очі і протягом п'яти хвилин будуються по зростанню з закритими очима. Через п'ять хвилин все знову по команді ведучого відкривають очі і дивляться що вийшло. В кінці проходить обговорення, підлітки діляться своїми враженнями, розповідають, як вони себе відчували, виконуючи цю вправу.

«Моє ім'я».

Педагог просить учасників групи розповісти (показати, як-то висловити для групи) історію - бувальщина чи небилиця, яка пов'язана з його ім'ям, так щоб його легко було всім запам'ятати. (При цьому всі учасники знають, що вони можуть вибрати вигадане ім'я, псевдонім.)

«Мої інтереси»

Кожен бере листок, ділить його вертикальної рисою на дві половинки, ліву позначає «-», а праву «+». У кожній колонці пишуться улюблений / неулюблений колір, співак, чоловіче і жіноче ім'я, риса характеру, марка машини, тварина і т.д. Потім підлітки приколюють заповнені листи на груди і ходять по аудиторії, читаючи їх один в одного. В кінці проходить обговорення написаного.

«Ти мені я тобі».

Група розбивається на пари, в яких кожен розповідає про себе своєму партнеру. Завдання - підготовитися до подання свого партнера всій групі. При цьому головне - помітити індивідуальність партнера, розповісти про нього так, щоб решта учасників запам'ятали партнера. Потім всі учасники сідають в коло і вистава починається.

Завершення заняття. Всі встають в тісне коло, подають один одному руки і кажуть: «До нової зустрічі!»

Заняття 2

Привітання. Зараз кожен по черзі буде виходити в центр, повертатися обличчям до групи і вітатися з усіма будь-яким способом, не повторюючи

використані раніше. Ми ж будемо повторювати кожне запропоноване вітання.

Після завершення вправи, можна звернутися до групи з питанням «Яке з привітань вам особливо запам'яталося (сподобалося) і чому?» Це питання дозволяє отримати і обговорити інформацію, яка може виявитися корисною в змістовному плані, зокрема при роботі над проблемою встановлення контакту.

«Треба розташоватися у шеренги так, щоб ...»

- Учасники групи стоять у шерензі, повернувшись обличчям в одну сторону. Ведучий встає біля одного з кінців шеренги.

- «Всі завдання ми будемо виконувати мовчки. Треба прагнути виконати кожне завдання якомога швидше і в той же час як можна точніше. Завдання перше: треба розташуватися в шерензі так, щоб тут, біля мене стояв найвищий з нас, а на протилежному кінці шеренги - той, у кого найменший ріст. Почали ».

- Після того, як група виконала завдання, ведучий проходить уздовж шеренги і перевіряє точність його виконання.

- Завдання друге: біля мене повинна стояти людина з самими темними волоссям, на протилежному кінці шеренги - з найсвітлішими волоссям.

- Завдання третя: біля мене повинна стояти людина з самими темними очима, на протилежному кінці шеренги - з найсвітлішими.

- Завдання четверте. Початок шеренги - це 1 січня, кінець - 31 грудня. Треба розташуватися по датах (без урахування року) народження.

- Завдання п'яте. Той, хто стоїть останнім, передає першому подарунок на день народження. По черзі, чіпаєте за плече того, що стоїть попереду, він обертається, і Ви йому за допомогою жестів показуєте цей подарунок і так, поки не дійде черга до першого.

«Ніхто і не знає ...»

- Зараз ми будемо кидати один одному цей м'яч і той, у кого виявиться м'яч, завершує фразу «Ніхто з вас не знає, що я (або у мене) ... Будемо уважні і зробимо це так, щоб кожен з нас взяв участь у виконанні завдання. У кожного з нас м'яч повинен побувати не більше і не менше 2 разів ».

«Поводир».

Всі учасники діляться на пари. Одна людина закриває очі, а інший водить його по кімнаті, дає можливість торкнутися різних предметів, на дотик пізнати, а дає відповідні пояснення щодо їх переміщення, допомагає уникнути зіткнення з іншими учасниками і т.д. Кожен з учасників проходить аналогічну процедуру. Учасники повинні відчути різницю у відчуттях в порівнянні з попереднім вправою.

Під час обговорення запитати, чи не було учасникам страшно, впевнено вони себе відчували, наскільки легко вони могли довіряти один одному, наскільки брали на себе відповідальність за безпеку іншого, які їхні відчуття при тактильної формі знайомства з предметами.

Обговорення з учасниками, що їм заважає бути щирими з іншими людьми. Що, на їхню думку, сприяє відкритості в спілкуванні з іншими людьми?

Завершення заняття.

Заняття 3. «Розвиток впевненості в собі».

1. «Фіксація« Я ».

Завдання - голосно прокричати «Я» пропонується кожному по черзі. Якщо складно одному, то пропонується всій групі. Спочатку можна кричати всім разом, потім по сигналу ведучого всі замовкають, крім одного, який продовжує голосно кричати «Я».

2. «Переконання».

Членам групи пропонується по черзі вийти в центр групи і вимовити фрази. Група аналізує, хто був впевненіше і за рахунок чого говорив переконливіше.

Пропоновані фрази:

«Я думаю, всі мене почули».

«Я хочу, щоб все було саме так».

«Я впевнений, що впораюся з цим завданням» і т.п.

3. «Як ви ставитеся до помилок»

Опишіть ваше звичайну, повсякденну поведінку (образ дій) в специфічних ситуаціях вашому житті.

Як ви реагуєте, якщо самі допустили помилку?

Який буває ваша реакція, якщо помилки припустився хтось інший (наприклад, однокласник, батьки, вчителі ...)?

5. «Подолання сумнівів у своїй силі».

Візьміть аркуш паперу і розріжте його на три колонки, назвавши їх: «Мої позитивні якості», «Де я можу себе проявити?», «Чого я досяг?». Далі закрийте очі і зосередьтеся на кожному заголовку протягом 1-2 хвилин. Що приходить вам в голову? Відкрийте очі і запишіть ваші позитивні якості.

Зробіть подібну процедуру для кожного заголовка. У висновку створіть повну картину самого себе з урахуванням всіх цих якостей, талантів або досягнень і відзначте, наскільки приємно це усвідомлювати.

6. «Впевненість в собі».

Дайте відповідь на питання «Коли ви відчуваєте себе стоячим невпевнено, обмежено, соромливо і т.д.? »

Якщо ви не знаєте ситуацій, в яких у вас виникає почуття невпевненості, то цьому є два пояснення: або ви неординарна особистість, оскільки практично немає людей, які не відчували б себе час від часу невпевнено, або ж ви - великий майстер обманювати самого себе. Але ж небажання бачити проблеми такими, якими вони є в дійсності, навряд чи призведе до їх вирішення. Або у вас інша думка?

Група ділиться на дві підгрупи. Кожен учасник називає ситуацію, в якій йому хотілося б діяти з упевненістю в собі. Вибирається одна з ситуацій і розподіляються ролі. Один з учасників виконує функції, що створюють стресовий стан «невпевненість». Другий повинен якомога впевненіше передати йому своє повідомлення, дати оцінку, відповідь, висловити претензію.

Через 1-2 хвилини педагог зупиняє учасників і просить інших членів підгрупи надати «невпевненого в собі» позитивний зворотний зв'язок на його поведінку («вболівальники» команди можуть малювати плакати, що підтримують і т.д.). Після активної підтримки «невпевнений у собі» повинен підвести підсумок: що йому сподобалося в своїй поведінці, внутрішньому

відчутті себе, а що можна б зробити ще більш впевнено. Якщо у нього виявляються труднощі, то члени групи можуть дати раду.

Після цього інший учасник підгрупи стає партнером, і відпрацювання взаємодії триває.

Через 2-3 хвилини педагог зупиняє учасників, і знову дається час для позитивного зворотного зв'язку. Продовжувати необхідно до тих пір, поки всі члени групи не зіграють роль партнера у взаємодії. Виражаючому претензії «невпевненого в собі» важливо дати можливість перемогти в кожній зустрічі і отримати задоволення від позитивного досвіду.

7. «Затвердження».

Кожному члену групи пропонується налаштуватися на оптимістичне і продуктивне життя в подальшому. Ваші установки повинні відображати ваші життєві цілі, прагнення самовдосконалюватися. Ви повинні записати на листку не менше 10 фраз-установок про те, що ви хочете в майбутньому, ким ви можете стати, після закінчення школи. Записуйте протягом 10 хвилин

наприклад:

Я талановитий;

Я комунікабельний і розкутий;

Я домагаюся успіху у всьому, що я роблю ...

Тепер треба вибрати найважливіші для вас твердження. Зосередившись на цих твердженнях, уявіть їх яскраво і образно. Для цього закрийте очі, протягом 2-3 хвилин повторіть про себе одне з цих тверджень. Уявіть своє твердження в яскравому, конкретному, зоровому образі перед свої думкою. Відкрийте очі і обмінялися враженнями.

Заняття 5. «Визнач свою життєву мету».

2. «Постав перед собою мету».

Групі пропонується встати, поставити ноги на ширині плечей, руки витягнути вперед паралельно підлозі. Потім повернутися всім корпусом назад і зафіксувати поглядом на стіні місце, до якого вдалося повернутися. Повернутися у початкове положення. Закрити очі. Уявіть собі, що наступного

разу ви можете повернути корпус значно далі. А потім, розплющивши очі, спробуйте знову повернутися. Порівнюючи те місце в просторі, в якому ви зараз опинилися, з уявною позначкою на стіні, на якій зафіксовано ваш колишній поворот, можна наочно переконатися в реальну силу впливу поставленої перед собою мети.

3. «Список цілей».

Групі пропонується взяти олівці, папір, зігнутий навпіл. У лівій колонці почати записувати те, чого кожен хотів би досягти, ніж займатися, до чого прагнути.

Дотримуйтесь таких правил:

сформулюйте бажання в позитивному ключі;

будьте гранично конкретні;

постарайтеся скласти чітке уявлення про результат того, що саме буде, коли ви досягнете своєї мети, що ви будете тоді відчувати: що і хто буде вас оточувати, як, взагалі дізнатися, що ви досягли того, до чого прагнули;

важливо сформулювати такі цілі, досягнення яких, в принципі, залежить від вас; не треба розраховувати на те, що хтось повинен зробити це, і тоді все буде добре.

Пропонується переглянути складений список і визначити в який часовий сітці працює кожен член групи. Виділити найближчі і перспективні цілі.

Вибрати з усього списку те, що в разі реалізації, досягнення мети, доставить найбільше задоволення, то, що найбільше хвилює, і підкреслити ці цілі.

У правій колонці, навпаки обраної мети, записати серйозні внутрішні підстави, чому це так важливо, чому ви впевнені в необхідності досягнення саме цієї мети, результату. Коли людина знає, чому щось так важливо для нього, він знайде, як до цього прийти.

Тепер, коли ця мета обрана, необхідно уточнити, чи відповідає вона тим правилам, яким треба слідувати, а саме:

формулювання мети в позитивних термінах;

конкретність формулювання;

чітке уявлення про результат;

підконтрольність цієї мети вам особисто;

Після перегляду мети по вищезгаданим параметрам подумайте про те, чи не завдасть ваша мета шкоди іншим людям, наскільки вона етично чиста.

4. «Мої ресурси».

Складіть список необхідних для досягнення вашої мети ресурсів, які у вас вже є. Це можуть бути якісь риси характеру, рівень освіти, друзі, які вас підтримають і допоможуть, ваша енергія, фінансові ресурси, час, яким ви маєте в своєму розпорядженні і т.п. Запишіть свої ресурси на листочку.

Після цього пригадайте кілька випадків (3-5) зі свого життя, коли ви відчували, що досягли успіху. Закрийте очі і поринете в це почуття на 2-3 хвилини. Потім згадайте, які зі своїх вищеперелічених ресурсів ви тоді використовували максимально ефективно, які свої можливості, якості ви використовували. Що це були за ситуації, в яких ви досягали успіху. Запишіть їх на папері. Після цього, зосередившись на своїй цілі, запишіть на папері, якою людиною ви повинні бути, щоб досягти своєї улюбленої мети. Це може бути наполегливість, дисциплінованість або ж гнучкість, розкутість у спілкуванні. Хотіли б ви бути більш впевненими, з високою самооцінкою. Напишіть про це цілу сторінку.

Далі постарайтеся сформулювати, що заважає, перешкоджає досягненню цієї мети прямо зараз. Потім складіть покроковий план досягнення мети.

Сформулюйте основні цілі в житті, які ви хотіли б досягти найближчим часом (від 2-х до 4-х років).

Заняття 6,7 «Подолання життєвих криз».

1. Питання до групи:

У чому для мене виражаються труднощі самореалізації?

Що я при цьому відчуваю?

Що перешкоджає мені самореалізуватися?

Можна задавати питання типу: «Що ти маєш на увазі?», «Які прояви ти маєш на увазі?». Використовуються методи «Мозгового штурму, незакінчених

пропозицій, асоціативні підходи.

Давайте ми спільними зусиллями складемо розповідь про деяку людину, яка в наш час (наприклад, в 1970 році закінчив школу і став жити далі, проживши до нашого часу). Кожен повинен по черзі називати важливі подія в житті даної людини – із цих подій і складеться його життя. Наприкінці кожен учасник намагається оцінити, наскільки вдалася життя головного героя, наскільки вона виявилася цікавою і цінною »

3. «Усвідомлення життєвих криз».

Згадайте три кризи, пережиті вами у житті (або три ситуації, які викликали у вас сильні переживання). Намалюйте цю ситуацію на папері, висловлюючи почуття, які вами були випробувані. Малюйте, як можете. Розкладіть ці малюнки в хронологічному порядку, відповідно до хронології подій, що відбувалися.

Вдивіться в малюнки і відчуйте в них безперервність перебігу. Кожну з цих подій можна розглядати як фазу вашого розвитку, кризовий стан. Ще раз вдивіться в ці фази вашого розвитку і в кожній кризі відчуйте новий життєвий імпульс, як зароджується нову рису особистості, яка прокладає собі шлях.

Усвідомте, якій життєвій позиції ви дотримуєтеся в кризових ситуаціях:

ідеалізація дійсності;

крах надій;

виклик всьому; відхід від справ;

усвідомлення;

рішучість;

переконаність!

Усвідомте також, яким чином ви зустрічаєте свої кризи. Чи намагалися ви відстрочити або проігнорувати їх? Чіплялися чи за старі звички. Скаржилися чи кому? Або були мужні перед обличчям криз? Чи була різниця в переживанні криз?

Визначте ту життєву позицію, в якій ви зараз, в даний час перебуваєте.

заняття 8.

1. «Чарівний магазин».

Педагог пропонує підліткам подумати, якими особистими якостями вони володіють. Потім він просить уявити собі чарівний магазин, де він - продавець, і де в обмін на ті якості (розум, сміливість, чесність або лінь, байдужість), яких, як вважають учасники, у нього

в надлишку, або ті, від яких він хотів би позбутися, можна отримати інші особисті якості, необхідні для себе. «Покупець» здає свої якості, «продавець каже, чи є те, що потрібно, скільки він міг би дати взамін і т.д. В дискусії учасники групи діляться своїми переживаннями від гри, обговорюють, які людськи якості є цінними і т.д.

2. «Хода».

На початку педагог пояснює, що хода людини є однією з найбільш постійних і виразних характеристик індивідуума. Вона дуже багато говорить нам про душевний стан людини, його характер, темперамент, стилі життя. Вибирається ведучий, який кілька разів проходить перед іншими учасниками гри, при цьому він повинен намагатися тримати себе вільно, наприклад, уявити, що він уранці йде в школу і думає по дорозі про щось своє. Решта учасників повинні придумати назву, ємну характеристику ходи. Наприклад: «Ластівка без весел», «Штурм Зимового палацу», «На танці» ... Метафори повинні бути точними, але не образливими. Потім наступний учасник стає ведучим.

3. «Хто як себе поведе?»

Педагог задає учням різні життєві ситуації. Кожен з дітей по черзі стає ведучим, який мовчки повинен слухати обговорення групи і прогноз його поведінки в цій ситуації. Потім ведучий висловлює свою власну думку, і група обговорює збіг або розбіжність думку підлітка і групи.

Можливі ситуації:

в транспорті йому наступили на ногу ...

у нього захворіла мама ...

він посварився з одним і т.д.

4. «Автопортрет».

Кожен з учасників повинен скласти письмову психологічну

самохарактеристику, що включає не менше десяти - дванадцяти ознак. Але в характеристиці не повинно бути зовнішніх прикмет, за якими можна відразу ж дізнатися описуваного людини. Це повинно бути психологічне опис вашого характеру, ваших уподобань, поглядів на світ, на взаємини людей і т.д.

Потім ведучий зачитує по черзі написані «автопортрети». Решта членів групи повинні по черзі дізнатися автора. Потім члени групи можуть вносити корективи в автопортрет.

Заняття 9

1. «Комплімент»

Ведучий стає в центр кола. Підлітки по черзі говорять йому компліменти, які ведуть їх за це дякує. Потім ведучим стає інший підліток.

2. «Смак в їжі».

Підліткам кожному по черзі пропонується розповісти про свої звички в їжі: яку їжу вони вважають за краще, як часто їдять, чи люблять вони приймати їжу одні або роблять це в суспільстві кого-то, як зазвичай їдять у них в сім'ї.

Наприкінці проводиться обговорення того, наскільки звички в їжі нагадують звички в інших сферах життя підлітків, чи варто їх міняти, чи влаштовують їх вони.

3. «На кого я схожий?»

Підлітки по черзі розповідають на кого вони схожі найбільше (батьки, герої книг, казок, фільмів, мультфільмів і т.д.). Свої відповіді підлітки повинні коментувати: чому, чим саме, що спільного між ними.

4. «Ха!» І «Ах!»

Педагог пояснює, що всередині кожного з нас є дві частини: одна - активна, сильна, могутня, впевнена в собі, інша - слабка, боязка, тиха, скромна. У різних ситуаціях ми можемо виявляти одну з цих частин. Зараз кожен з нас буде мати можливість побути в цих двох ролях. Всі діти розбиваються на пари і встають один проти одного. Один з них втілює активний початок в людині, дає енергійний крок вперед і одночасно виставляє вперед зігнуту в лікті руку, вимовляючи при цьому гучне «Ха!». У цей звук треба вкласти всю свою силу, зберігаючи при цьому повний спокій. Інший виконує роль пасивного начала в

людині: партнер робить крок в сторону, розводить руки в сторони, вимовляючи при цьому голосно «Ах!». Потім партери міняються ролями.

Заняття 10. Рефлексія події в тренінгу

1.Завершеніе занять.

Заключне слово педагога. Кожен учасник виступає з невеликою промовою (3-4 хвилини), говорить про те, що дав йому тренінг, які його цікавлять питання на тренінгу не обговорювалися, як він буде вдосконалюватися далі. Задоволеність результатами тренінгу оцінюється по 10 бальній шкалі.

2. «Сполучна нитка».

Всі учасники групи по колу передають один одному клубок ниток, супроводжуючи його висловлюваннями, які починаються часткою словами типу: «Я вдячний тобі за те, що ...» Коли клубок ниток повернеться до того, хто починав, членам групи слід натягнути нитку, закрити очі і поринути в стан, супутнє прийняття себе, інших людей. Навколишнього світу.