

Т. М. Богданова

**ПСИХОЛОГИЯ.
ФОРМИРОВАНИЕ
ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ
В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ**

Учебно-методическое пособие

Минск
Издательский центр БГУ
2004

ПРОГРАММА

курса для 9-го класса средней школы «Психология/Формирование волевых качеств в подростковом возрасте»

Цель: получение знаний по психологии воли и формирование волевых качеств в подростковом возрасте.

Задачи:

- выработать навыки самоанализа и целеполагания;
- овладеть психологической культурой;
- развивать формы волевого поведения и расширять возможности волевой коммуникации.

Форма проведения: теоретические и практические занятия по спецкурсу.

ТРЕБОВАНИЯ К ЗНАНИЯМ, УМЕНИЯМ И НАВЫКАМ УЧАЩИХСЯ

Учащиеся должны знать:

- фундаментальные положения психологии воли;
- основные теории психологии воли;
- основы волевого поведения;
- динамику мотивов поведения в подростковом возрасте;
- основные психологические механизмы волевой регуляции;
- законы становления и развития саморегуляции в учебной деятельности;
- принципы развития волевой сферы, в частности волевых качеств личности.

Учащиеся должны уметь:

- различать многообразие форм проявлений волевых качеств;
- работать с первоисточниками;
- на основе самоанализа понимать динамику своих волевых качеств;
- осознавать свой волевой и эмоциональный потенциал, степень развитости волевых качеств;
- отрефлексировать неосознаваемые стороны своей личности, волевою и аффективную сферы;
- использовать знания из различных источников.

Сроки выполнения программы: 1 год.

Программа рассчитана: 68 часов в 9-м классе.

ВВЕДЕНИЕ

Психологические знания подростков общеобразовательных школ являются важнейшим фактором становления личности будущих выпускников, формирования психологической готовности их к самоопределению и становлению на жизненном пути.

Структура. Программа содержит перечень тем спецкурса «Психология/Формирование волевых качеств в подростковом возрасте», вопросы к каждой теме, количество часов, отводимых на теоретические и практические занятия. Программа включает и перечень основных теорий по психологии воли, усвоение сути которых поможет подросткам лучше подготовиться к жизни в новых социально-экономических условиях, послужит основой самопознания и овладению психологической культурой.

Актуальность содержания. Программа разработана с учетом специфики преподавания социальных (общественных) дисциплин в общеобразовательных школах Республики Беларусь, опирается на данные современной психологической науки о становлении внутреннего мира личности и новейших теоретико-экспериментальных исследованиях психологии воли.

Цель: получение знаний по психологии воли и формирование волевых качеств в подростковом возрасте.

Задачи:

- выработать навыки самоанализа и целеполагания;
- овладеть психологической культурой;
- развивать формы волевого поведения и расширять возможности волевой коммуникации.

Цель каждого практического занятия — дополнение и углубление научной информации, реализация теоретических знаний через активные формы обучения.

Курс рассчитан на 68 аудиторных часов (34 теоретических, 34 практических занятия).

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Тема и содержание	Количество часов	
		теория	практ.
Раздел I. Теории психологии воли			
1.	Гетерономные теории воли	2	2
2.	Автономные теории воли	2	2
3.	Современные теории воли	2	2
4.	Психологические теории волевой активности	2	2
Раздел II. Волевые качества личности			
5.	Состав волевых качеств	2	2
6.	Психологическая характеристика волевых качеств	2	2
7.	Психофизиологическая основа волевых проявлений	2	2
8.	Возрастные изменения волевых качеств	2	2
9.	Развитие волевых качеств личности	2	2
Раздел III. Развитие и воспитание воли			
10.	Ступени развития воли	2	2
11.	Воспитание воли в процессе обучения	2	2
12.	Влияние семьи на развитие волевых качеств подростка	2	2
13.	Самовоспитание волевых качеств	2	2
14.	Сущность, способы, формы самовоспитания волевых качеств	2	2
15.	Особенности развития и формирования воли в подростковом возрасте	2	2
16.	Основные направления развития волевых качеств в подростковом возрасте	2	2
17.	Сознательная стимуляция волевых усилий	2	2
Итого		34	34

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Раздел I. Теории психологии воли

Тема 1. Гетерономные теории воли

Истоки гетерономных теорий. Суть ассоциативных теорий. Рефлексология и поведенческая психология о природе воли. Природа интеллектуалистических теорий. Г. Эббингауз о природе воли. Сократ о природе волевого поведения.

Тема 2. Автономные теории воли

История возникновения автономных теорий. Волонтаристический подход к изучению природы воли. Детерминистический подход. Настойчивость как поведенческое проявление мотивации в теории К. Левина. Телеологический подход. Типы воли Б. Вундта. Теория А. Шопенгауэра. Н. Гартман о воле. У. Джеймс о волевом процессе.

Тема 3. Современные теории воли

Основные направления. Становление системы понятий. Аналитические теории А.И. Высоцкого, В.А. Иванникова, В.И. Селиванова, Н.Д. Левитова, А.И. Щербакова. Волевые привычки. Факторы, определяющие настойчивое поведение.

Тема 4. Психологические теории волевой активности

О тенденции растворения воли в эмоциональных мотивах. Воля и система побуждений человека. Традиционное деление психических явлений на познавательные, эмоциональные и волевые. Воля и активность личности. Мотивационные теории активности личности. Мотивационно-волевая теория активности личности.

Раздел II. Волевые качества личности

Тема 5. Состав волевых качеств

Состав волевых свойств. Их количество, различия и связи между собой. Классификация волевых качеств. Волевые особенности личности по К. К. Платонову. Деятельностный подход А. Ц. Пуни. Волевые качества как единая целостная система.

Тема 6. Психологическая характеристика волевых качеств

Задатки как особенности нервной системы. Учение И. П. Павлова о подвижности и уравновешенности нервных процессов. Структура волевых

качеств. Волевое усилие как характеристика волевого качества. Социальные и личностные факторы. Моральные компоненты воли. Зависимость каждого волевого качества от перечисленных компонентов. Характеристика волевых качеств.

Тема 7. Психофизиологическая основа волевых проявлений

Особенности нервной системы и эффективность волевой регуляции. Физиологические ограничения и волевая саморегуляция. Одаренность и воля. Организационная и направляющая функции психофизиологических факторов. Межполовые различия.

Тема 8. Возрастные изменения волевых качеств

Зачатки волевых качеств в первые годы жизни. Формирование механизмов воли в пятилетнем возрасте. Появление произвольности. Первый год обучения и развитие сдерживающей и регулирующей стороны волевых качеств. Степень устойчивости воли младшего школьника. Сензитивность подросткового возраста для развития волевых качеств. Формальная и содержательная стороны воли в подростковом возрасте. Осознание своего поведения и динамическая сторона проявления волевых качеств. Возрастные особенности произвольного управления

Тема 9. Развитие волевых качеств личности

Уровень проявления волевых качеств личности. Первичные волевые качества личности: сила воли, настойчивость, выдержка. Вторичные волевые качества: решительность, смелость, самообладание, уверенность. Третичные волевые качества: ответственность, дисциплинированность, обязательность, принципиальность, деловитость, инициативность.

Раздел III. Развитие и воспитание воли

Тема 10. Ступени развития воли

Становление произвольности действий. Поведенческий аспект и специфика воли. Психическое усилие. Тормозящая и побудительная функции волевого действия. Принятие и исполнение волевого решения. Воля и социальная активность личности. Самостоятельность и требовательность.

Тема 11. Воспитание воли в процессе обучения

Формирование активных интересов. Стратегия и тактика в развитии силы воли. Формирование морального компонента силы воли. Особенности развития волевой сферы в группе. Индивидуальные особенности в развитии волевых качеств личности. Межкультурные

различия в развитии волевой сферы. Волевые действия индивидуальные и коллективные, самостоятельные и заданные.

Тема 12. Влияние семьи на развитие волевых качеств подростка

Волевые действия. Выбор мотивов и целей. Идеалы и цели. Регуляция внутренних состояний и различных психических процессов. Становление волевых качеств личности. Нравственно-волевое воспитание в семье. Организация поведения ребенка. Соблюдение режима в зависимости от возраста. Постоянство воспитательного воздействия.

Тема 13. Самовоспитание волевых качеств

Воспитание и самовоспитание волевых качеств. Самовоспитание как одна из сторон воспитательного процесса. Процесс сознательного изменения своей личности. Самовоспитание как волевой процесс. Этапы самовоспитания: ситуативный, положительного отношения; поисковый, оценка своих возможностей; зрелый, постоянная, системная работа над собой.

Тема 14. Сущность, способы, формы самовоспитания волевых качеств

Самостимуляция как механизм актуализации волевого усилия. Намеренное изменение смысла действий как механизм волевой регуляции. Произвольная форма мотивации как основа волевой регуляции. Инициатива воспроизводящая и творческая. Преодоление препятствий и конечная цель. Нахождение нового способа преодоления препятствий, переконструирование сложившейся ситуации сообразно индивидуальным способностям.

Тема 15. Особенности развития и формирования воли в подростковом возрасте

Успехи и неудачи в становлении воли подростков. Уровень притязаний. Характер мотивов. Устойчивость и эпизодичность проявлений воли подростков. Конкретизация целей. Физиологические ограничения и волевая саморегуляция. Волевое усилие как механизм волевой регуляции. Повышение настойчивости с возрастом. Индивидуально — типические особенности настойчивости в подростковом возрасте. Межполовые различия в психологических проявлениях настойчивости в подростковом возрасте.

Тема 16. Основные направления развития волевых качеств в подростковом возрасте

Наличие жизненных идеалов. Наличие конкретных, содержательных целей. Уверенность в своих силах. Сознательное стремление развивать

волевые качества. Изучение своих психологических особенностей. Программа воспитания и правила поведения. Самокритичность старшеклассников. Адекватность самооценки волевых качеств. Сознательная волевая регуляция. Виды волевого усилия. Пассивный и активный интерес.

Тема 17. Сознательная стимуляция волевых усилий

Сознательная инициация волевых действий. Связь волевой регуляции с мотивацией деятельности. Обратная связь и ее механизмы в процессе самоконтроля. Произвольное внимание и самоконтроль. Самоконтроль и автоматизация действий. Безвольное поведение. Волевая и эмоциональная регуляция личности. Самоодобрение. Самоприказ. Самоконтроль.

**ОБЪЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
к курсу «Психология/Формирование волевых качеств
в подростковом возрасте»**

Программа спецкурсов ориентирована на учащихся подросткового возраста (8–9 класс). Программа может быть использована как при одночасовом, так и при двухчасовых занятиях в неделю.

В 8-м классе рекомендуется следующее распределение часов по разделам:

При одночасовых занятиях в неделю	
Раздел	теория
I. Введение в психологию	6
II. Психология личности	6
III. Мотивация и мотивы	6
IV. Воля в структуре личности	16

При двухчасовых занятиях в неделю		
Раздел	теория	практика
I. Введение в психологию	6	6
II. Психология личности	6	6
III. Мотивация и мотивы	6	6
IV. Воля в структуре личности	16	16

В 9-м классе рекомендуется следующее распределение часов по разделам:

При одночасовых занятиях в неделю	
Раздел	теория
I. Теории психологии воли	8
II. Волевые качества личности	10
III. Развитие и воспитание воли	16

При двухчасовых занятиях в неделю		
Раздел	теория	практика
I. Теории психологии воли	8	8
II. Волевые качества личности	10	10
III. Развитие и воспитание воли	16	16

В зависимости от особенностей направления работы школы или успехов учащихся учитель может самостоятельно корректировать распределение часов по разделам и информационную насыщенность по

темам. В этом случае подача материала представляет собой единство учебной задачи, темы и объекта работы, вида работы, терминов и понятий, которые усваивают учащиеся в данном разделе.

В каждом разделе курса учитель предлагает учащимся для изучения наиболее значимый основной материал, рассматривая дополняющие вопросы обзорно, чтобы у учащихся сложилось целостное восприятие теоретической части. Вместе с тем следует больше уделять внимания наглядным примерам и контролировать понимание буквально каждого нового понятия. При опросе необходимо добиваться от учащихся не жестких формулировок и определений терминов, понятий, а примеров, иллюстрирующих глубину осознания и вложенный в них личностный смысл.

В конце первого года обучения учащиеся должны знать основные понятия психологии, основы волевого поведения, основные этапы формирования мотивации и мотивов поведения в подростковом возрасте, основные психологические механизмы волевой регуляции, значение воли для самоопределения личности в обществе. В конце второго года обучения учащиеся должны уметь управлять собой, концентрировать усилия на достижении поставленных целей; процесс саморазвития учащихся должен носить систематический и целенаправленный характер.

Предлагаемая программа способствует обеспечению принципа единства процесса обучения и воспитания. Имея задачу создать у учащихся базу знаний о закономерностях развития психики человека, развития и становления волевых качеств человека в процессе его развития, программа направлена на формирование самих волевых качеств у учащихся в процессе обучения. Содержание учебного материала по предлагаемому курсу «Психология/Формирование волевых качеств в подростковом возрасте» несет практическую направленность. Такой подход позволит обеспечить доступность и значимость усваиваемого материала в формировании волевой сферы подростков.

Практические занятия по курсу имеют цель закрепить усвоенные психологические знания и направлены на выработку навыков практического их применения. Учитель самостоятельно отбирает контрольные вопросы для осуществления проверки и оценки знаний, материал для работы с группой в ходе практических занятий, закрепляющие и формирующие упражнения, которые в наибольшей мере будут способствовать познавательной активности и становлению волевой сферы учащихся.

Информационное сопровождение адресовано в первую очередь школьным психологам, социальным работникам системы образования, учителям и всем интересующимся вопросами психологии воли. Информационное сопровождение можно использовать как основу проведения бесед, классных часов, круглых столов, психологического

просвещения для педагогического коллектива, родителей, учащихся. Вместе с тем его можно использовать для проведения проблемных уроков.