

UNIVERSITATEA PEDAGOGICĂ DE STAT „ION CREANGĂ” DIN CHIȘINĂU
ȘCOALA DOCTORALĂ DE PSIHOLOGIE

Cu titlul de manuscris

C.Z.U: 159.922.7+159.947(043.3)

NIȚĂ LILIANA

DEZVOLTAREA CALITĂȚILOR VOLITIVE LA PREADOLESCENȚI

Specialitatea: 511.02 - Psihologia dezvoltării și psihologia educațională

Teză de doctor în psihologie

Conducător științific:



Racu Iulia, dr. hab. în psihol., conf. univ.

Autor:



Niță Liliana

CHIȘINĂU, 2022

© Niță Liliana, 2022

CUPRINS

ADNOTARE	4
ANNOTATION	5
АННОТАЦИЯ	6
LISTA ABREVIERILOR	7
INTRODUCERE	8
1. PROBLEMA VOINȚEI ÎN PSIHLOGIE	17
1.1. Abordări teoretice ale voinței	17
1.2. Structura și etapele actului volitiv	27
1.3. Caracteristicile calităților volitive	32
1.4. Tulburări și patologii ale voinței	37
1.5. Particularitățile dezvoltării sferei volitive la preadolescenți	40
1.6. Concluzii la capitolul 1	45
2. CERCETAREA EXPERIMENTALĂ A VOINȚEI ȘI A CALITĂȚILOR VOLITIVE LA PREADOLESCENȚI	48
2.1. Descrierea scopului, obiectivelor, ipotezelor și metodologiei de cercetare	48
2.2. Rezultatele cercetării experimentale a voinței și a calităților volitive la preadolescenți	51
2.3. Profilul psihologic al preadolescenților cu diferite niveluri de dezvoltare a voinței	95
2.4. Concluzii la capitolul 2	110
3. DEZVOLTAREA CALITĂȚILOR VOLITIVE LA PREADOLESCENȚI	112
3.1. Metodologia și conținutul demersului formativ	112
3.2. Evaluarea eficienței demersului formativ orientat la dezvoltarea calităților volitive la preadolescenți	123
3.3. Concluzii la capitolul 3	140
CONCLUZII GENERALE ȘI RECOMANDĂRI	141
BIBLIOGRAFIE	145
ANEXE	163
Anexa 1. Semnificațiile diferențelor după testul T-Student pentru experimentul de constatare	163
Anexa 2. Studiul corelației între variabilele cercetării pentru experimentul de constatare	202
Anexa 3. Distribuția rezultatelor privind trăsăturile de personalitate la preadolescenți	205
Anexa 4. Semnificațiile diferențelor pentru variabilele cercetării pentru demersul formativ (rezultatele grupului experimental și rezultatele grupului de control) după testul U Mann-Whitney	206
Anexa 5. Programul de intervenții psihologice de dezvoltare a calităților volitive la preadolescenți	212
Anexa 6. Semnificațiile diferențelor pentru variabilele cercetării pentru demersul formativ (rezultatele grupului experimental test / retest, rezultatele grupului de control test / retest, rezultatele grupului experimental retest și rezultatele grupului de control retest) după testul Wilcoxon și după testul U Mann-Whitney	234
Declarația privind asumarea răspunderii	243
CV-ul autoarei	244

ADNOTARE

NIȚĂ Liliana. Dezvoltarea calităților volitive la preadolescenți

Teză de doctor în Psihologie, Chișinău 2022

Structura tezei: Teza este constituită din: adnotări, lista abrevierilor, introducere, trei capitole, concluzii generale și recomandări, bibliografia are 227 de surse bibliografice; 6 anexe, 137 pagini de text de bază, 63 figuri și 16 tabele. Rezultatele obținute sunt publicate în 10 articole științifice.

Cuvinte-cheie: voință, perseverență, calități volitive, trăsături de personalitate, program de intervenții psihologice, vârsta preadolescentă.

Domeniul de studiu: Psihologia dezvoltării, Psihologia preadolescenților.

Scopul cercetării a constat în studiul particularităților voinței și a calităților volitive la preadolescenți, precum și elaborarea și implementarea unui model nou de intervenții psihologice în vederea dezvoltării voinței și a calităților volitive și prin aceasta să contribuie la dezvoltarea trăsăturilor de personalitate.

Obiectivele cercetării: Analiza literaturii de psihologie cu referire la voință, calitățile volitive, vârsta preadolescentă, modalitățile de studiere a voinței, precum și a metodelor, tehnicilor și procedeele de dezvoltare a calităților volitive; Identificarea și evidențierea diferențelor de gen și de vârstă în manifestarea voinței și a calităților volitive la preadolescenți; Reliefarea trăsăturilor de personalitate întâlnite la preadolescenții cu diferite niveluri de dezvoltare ale voinței; Elaborarea, implementarea și evaluarea eficienței programului de intervenții psihologice orientat la dezvoltarea voinței și a calităților volitive la preadolescenți.

Rezultatele obținute care contribuie la soluționarea problemei științifice importante constau în conceptualizarea integrată a voinței dedusă din abordarea de gen, de vârstă, în elucidarea caracteristicilor calităților volitive în dependență de gen și de vârstă și prin prisma evidențierii modului de manifestare a trăsăturilor de personalitate la preadolescenții cu diferite niveluri de dezvoltare ale voinței, fapt ce a constituit fundamentul pentru elaborarea și implementarea unui model nou de intervenții psihologice ce a contribuit la dezvoltarea voinței și a calităților volitive (capacitatea de atingere a scopurilor, curajul și capacitatea de a lua decizii, perseverența și fermitatea, inițiativa și independența, autocontrolul și anduranța).

Noutatea și originalitatea științifică. Pentru prima dată la nivel național a fost realizat un demers teoretico-experimental privind voința și calitățile volitive la preadolescenți. S-a conceptualizat un model psihodiagnostic pentru investigarea voinței, calităților volitive și a trăsăturilor de personalitate corelate cu acestea la preadolescenți. S-a evidențiat evoluția voinței și a calităților volitive pe parcursul vârstei preadolescente. S-a stabilit caracterul specific al voinței și a calităților volitive la preadolescenți și preadolescente. Au fost examinate trăsăturile de personalitate particulare pentru preadolescenții cu diferite niveluri de dezvoltare ale voinței. A fost reliefat portretul psihologic al preadolescentului cu nivel înalt de dezvoltare a voinței. A fost elaborat și verificat un model de intervenții psihologice orientat la dezvoltarea voinței și a calităților volitive la preadolescenți.

Semnificația teoretică a lucrării. Rezultatele demersului teoretico-experimental îmbogățesc domeniul psihologiei dezvoltării și psihologiei educației cu noi cunoștințe ample referitoare la dezvoltarea voinței și a calităților volitive în preadolescență, la diferențele de gen și de vârstă în manifestarea voinței și a calităților volitive la preadolescenți, precum și despre particularitățile de personalitate și legitățile de dezvoltare ale preadolescenților cu diferite niveluri de voință. Rezultatele investigației și concluziile formulate sunt importante pentru elaborarea teoretică a problemei voinței, sferei emoțional-volitive și a personalității în contextul compartimentului „Dezvoltarea cognitivă și psihosocială în preadolescență”.

Valoarea aplicativă a lucrării. Ideile și legitățile expuse în prezenta cercetare despre dezvoltarea voinței și a calităților volitive, intercorelațiile cu trăsăturile de personalitate pot fi utilizate în procesul de dezvoltare și formare a unei personalități echilibrate și armonioase. Instrumentele psihodiagnostice propuse pentru examinarea voinței, a calităților volitive și a trăsăturilor de personalitate pot fi utilizate de către psihologii școlari, psihologii clinicieni și psihoterapeuți, cadre didactice, etc. Programul de intervenții psihologice orientat la dezvoltarea voinței și a calităților volitive poate fi folosit de către psihologii școlari, psihoterapeuții ce derulează grupuri de dezvoltare personală, cadre didactice, părinți și preadolescenți și poate constitui fundamentul pentru un ghid metodologic de bune practici.

Implementarea rezultatelor științifice. Rezultatele cercetării teoretico-experimentale au fost implementate în programul de mobilitate internațională Erasmus+ (Universitatea din Granada, Spania, 2018), în procesul didactic de pregătire și formare a studenților în cadrul disciplinelor Psihologia dezvoltării, Psihologia personalității, Psihologia proceselor reglatorii, a masteranzilor și doctoranzilor la facultățile de psihologie din instituțiile superioare de învățământ și în cadrul cursurilor de formare continuă și seminarelor științifico-metodice cu psihologii, consilierii școlari și cadrele didactice.

ANNOTATION

NIȚĂ Liliana. Development of volitional qualities in preadolescents. Doctor of Psychology Thesis, Chișinău 2022

Structure of the thesis: This thesis is composed of the following: annotation, list of abbreviations, introduction, three chapters, general conclusions and recommendations; the bibliography which includes 227 bibliographical sources; 6 annexes, 137 pages of the main text, 63 figures and 16 tables. The results of the research are published in 10 scientific articles.

Key words: volition, perseverance, volitional qualities, personality traits, program of psychological interventions, preadolescent age.

Area of study: Developmental psychology, Preadolescent psychology

The aim of this research was to study the specifics of volition and volitional qualities in preadolescents, as well as to elaborate and implement a new model of psychological intervention aiming to develop the volition and volitional qualities and thus to contribute to the development of personality traits.

The objectives of the research: The analysis of psychology literature regarding volition, volitional qualities, preadolescent age, manners of studying volition, as well as the methods, techniques and ways of developing the volitional qualities; Identifying and highlighting the differences of gender and age in manifesting the volition and volitional qualities in preadolescents; Highlighting the personality traits of preadolescents with different levels of development of volition; Elaborating, implementing and evaluating the efficiency of the psychological intervention program oriented towards the development of volition and of volitional qualities in preadolescents.

The results that were obtained and which contribute to finding a solution for this important scientific problem consist of an integrated conceptualization of volition deduced from a gender and age approach, of revealing the traits of volitional qualities dependant on gender and age and in terms of highlighting the manifestation of personality traits in preadolescents with different levels of development of volition, which formed the foundation for the elaboration and implementation of a psychological intervention model that contributed to the development of volition and volitional qualities (the capacity to reach goals, the courage and capacity to make decisions, the perseverance and firmness, the initiative and independence, the self-control and endurance).

Scientific novelty and originality. At a national level, this is the first time that a theoretical and experimental study is done regarding volition and volitional qualities in preadolescents. We have conceptualised a psycho-diagnosis model aiming to investigate volition, volitional qualities and personality traits correlated to these in preadolescents. We have put an emphasis on the evolution of volition and volitional qualities during the preadolescent age. We have established the specific characteristics of volition and volitional qualities in preadolescent boys and girls. We have examined the personality traits that are specific to preadolescents who have different levels of development of volition. We have highlighted the psychological portrait of the preadolescent with a high level of volition development. We have elaborated a psychological intervention model oriented towards the development of volition and volitional qualities in preadolescents.

The theoretical significance of the thesis. The results of the theoretical and experimental approach are enriching the field of developmental psychology and educational psychology with new and ample knowledge referring to the development of volition and volitional qualities during the preadolescent age, to the difference of gender and age in the manifestation of volition and volitional qualities in preadolescents, as well as of the personality characteristics and the developmental regularities of preadolescents having different levels of volition. The results of the investigation and the conclusions that were drawn are essential to the theoretical elaboration of the issue of volition, of the emotional and volitional sphere and of the personality in the context of the field "Cognitive and psychosocial development during preadolescence".

Applicative value of the thesis. The ideas and regularities that are presented in this research regarding the development of volition and volitional qualities, the inter-correlations with the personality traits can be used within the development and formation process of a balanced and harmonious personality. The psycho-diagnosis tools that we have proposed in order to examine volition, volitional qualities and personality traits can be used by school psychologists, clinical psychologists and psychotherapists, teachers etc. The psychological intervention program oriented towards the development of volition and volitional qualities can be used by school psychologists, psychotherapists who work with personal development groups, teachers, parents and preadolescents and can represent the foundation of a good practice methodology guide.

Implementing the scientific results. The results of the theoretical and experimental research were implemented during the international mobility program Erasmus+ (University of Granada, Spain, 2018), in the teaching process of preparation and formation of students of Developmental Psychology, Psychology of Personality and Psychology of Regulatory Processes, of masters and doctoral students of Psychology in universities, during continuous formation courses and scientific and methodological conferences of psychologists, school counsellors and teachers.

АННОТАЦИЯ

НИЦЭ Лилиана. Развитие волевых качеств у подростков. Диссертация на соискание ученой степени доктора психологии, Кишинэу, 2022.

Структура диссертации: Диссертация состоит из: аннотаций, списка сокращений, введения, трех глав, общих выводов и рекомендаций, 227 источников библиографии; 6 приложений, 137 страницы основного текста, 63 рисунка и 16 таблиц. Результаты исследования опубликованы в 10 научных статьях.

Ключевые слова: воля, упорство, волевые качества, черты личности, программа психологического вмешательства, подростковый возраст.

Область исследования: психология развития, психология подростка.

Цель исследования заключалась в изучении особенностей воли и волевых качеств в подростковом возрасте, а также в разработке, апробировании и оценки эффективности модели психологического вмешательства для их развития, которое способствовало формированию личностных качеств.

Задачи исследования: Анализ психологической литературы по тематике воли; подбор диагностического инструментария для изучения воли и волевых качеств, а также селекция техник и методов их развития. Выявление и определение особенностей воли и волевых качеств в подростковом возрасте в зависимости от половых и возрастных различий; Выделение личностных черт подростков с разным уровнем развития силы воли; Разработка, апробирование и оценка эффективности программы психологического вмешательства, направленной на развитие воли, волевых и личностных качеств у подростков.

Полученные результаты, способствующие решению важной научной проблемы, заключаются в комплексном подходе и концептуализации феномена воли, через изучение его особенностей и уровней волевых качеств подростка в зависимости от пола, возраста, а также соотношения их с личностными чертами, что послужило основой для разработки модели психологического вмешательства, применение и апробирование которой подтвердило ее эффективность в развитии воли, волевых и личностных качеств (умение добиваться целей, смелость и умение принимать решения, настойчивость и твердость, инициативность и самостоятельность, самообладание и выносливость).

Научная новизна и оригинальность. Впервые на национальном уровне было осуществлено теоретико-экспериментальное исследование воли и волевых качеств в подростковом возрасте. Была разработана психодиагностическая модель для исследования силы воли, волевых качеств и связанных с ними личностных черт у подростков. Выделена динамика развития воли и волевых качеств у подростков на протяжении подросткового возраста. Определены специфика воли и волевых качеств у мальчиков и девочек. Рассмотрены особенности личности подростков с разным уровнем волевого развития. Был разработан психологический портрет подростка с высоким уровнем развития воли. Разработана и апробирована модель психологического вмешательства, направленная на развитие воли, волевых и личностных качеств у подростка в экспериментальных условиях.

Теоретическая значимость работы. Результаты диссертации обогащают Психологию развития и Педагогическую психологию новыми обширными знаниями: о развитии силы воли и волевых качеств в подростковом возрасте, в зависимости от половых и возрастных различий; об особенностях личности подростков с разными волевыми качествами. Результаты исследования и полученные выводы важны для теоретической разработки проблемы воли, эмоционально-волевой сферы и личности в контексте раздела психологии «Познавательное и психосоциальное развитие в подростковом возрасте».

Практическая значимость работы. Представленные в данном исследовании эмпирические результаты об особенностях развития воли и волевых качеств, и их взаимосвязи с чертами личности могут быть использованы для формирования уравновешенной и гармоничной личности подростка. Вместе с тем, есть возможность широкого использования специалистами (психологами, психотерапевтами, педагогами) психодиагностического инструментария для изучения воли, волевых качеств и черт личности. Программа психологического вмешательства, направленная на их развитие, может широко применяться школьными психологами, клиническими психологами и психотерапевтами в группах личностного развития школьников, а также учителями, родителями и подростками. Полученные результаты могут стать основой для разработки методического гйда по указанной тематике.

Внедрение научных результатов. Теоретико-экспериментальное исследование и его результаты были представлены в рамках Программы международной мобильности Erasmus+ (Университет Гранады, Испания, 2018 г.), в образовательном процессе и преподавании таких дисциплин как «Психология развития», «Психология подростка», «Психология личности», «Психология эмоциональных и волевых процессов» для студентов, магистров и докторантов факультетов психологии в высших учебных заведениях, а также на курсах повышения квалификации для педагогов, на научных семинарах для практических психологов и учителей.

LISTA ABREVIERILOR

CP5F – Chestionarul de personalitate cu 5 factori (după M. Albu)

Factorul E – factorul expresivitate

Factorul G – factorul generalizare

GE – grup experimental

GC – grup de control

u.m.- unitate de medie

Metoda PEU – metodologia psihoterapiei experiențiale a unificării

INTRODUCERE

Actualitatea și importanța problemei abordate. Cea mai puternică forță a comportamentului uman este voința. Implicarea voinței e un proces anevoios, ce cuprinde factori de natură personală, comportamentală și contextuală [208]. Voința presupune o realizare mai mare decât simpla motivație. Motivația este dorința de a face ceva; voința este angajamentul absolut de a realiza ceva. Pentru a-și activa voința, indivizii trebuie să treacă de o barieră mentală.

Deși multe cercetări s-au axat pe studiul motivației, profesorii recunosc în mod implicit importanța voinței în procesul de învățare și obținerea performanței. Psihologia educațională s-a concentrat asupra problemei motivației și a voinței și a încercat să răspundă la întrebarea: Ce pot face profesorii în condiții mai puțin favorabile atunci când e nevoie de inițiativă, perseverență și când există obstacole în învățarea îndreptată spre un scop [109]? Conform *teoriei controlului acțiunii* [147, 148] voința joacă un rol de mediere între intenția de a învăța (motivația) și comportamentul direcționat către un scop (folosirea strategiilor de învățare). *Teoria motivației, voinței și performanței* [145] se bazează pe un cadru integrativ, ce încorporează conceptul de intenții, control al acțiunii și procesarea informațiilor în interiorul unui model de sistem. R. Baumeister [5] definește voința drept „*un mușchi educabil*” care poate fi antrenat și dezvoltat. Rezultatele unui studiu, realizat de el și soția acestuia în cadrul Universității Harvard, arată că autocontrolul s-a dovedit a fi un instrument mai bun de predicție a notelor studenților decât IQ-ul sau rezultatele la testul SAT. Deși inteligența brută e cu certitudine un avantaj, studiul a arătat că autocontrolul este mult mai important, pentru că îi ajută pe studenți să se manifeste mai demni de încredere la ore, să se ocupe mai devreme de teme și să-și petreacă mai mult timp lucrând și mai puțin timp uitându-se la televizor.

Studiul realizat de profesorii universitari din România, P. Botnariuc, C. Cucos, C. Glava, D. Iancu, M. Ilie, ș.a. în martie 2020 pe un eșantion de 6000 de cadre didactice a evidențiat că școala on-line necesită alocarea de mai mult timp decât cea în manieră tradițională și că este mult mai dificil să motiveze și să mențină trează interesul elevilor [226].

Cercetările privind învățarea multimedia au produs o serie de constatări, care încă nu sunt bine integrate într-un cadru curpinzător de referință. Provocările acestui tip de învățare sunt legate de problemele de navigare (conexiune), de distrageri, de suprasolicitarea cognitivă, cu care elevii și profesorii trebuie să se confrunte, din cauza naturii hipermedia. Teoriile voinței sunt aplicate fenomenelor comune în multimedia, cum ar fi pierderea în hiperspațiu, supraîncărcarea cognitivă și detaliile atractive, împreună cu alte obstacole în calea persistenței și a învățării [112, 145].

Modelul Meta-Voinței ne sugerează că este important să se adopte schimbări ce pot avea influență asupra unei populații mai largi, spre exemplu în cadrul unor organizații. Aceste schimbări se referă la inițiativele de Sănătate Publică, cum ar fi limitarea consumului de tutun, reducerea consumului de alcool la volan sau folosirea centurilor de siguranță. Și în cadrul școlii se pot adopta o serie de astfel de schimbări ce pot avea repercursiuni asupra stimulării unui comportament proactiv în rândul preadolescenților, precum renunțarea la consumul de tutun și stimularea activității fizice. Acest model sugerează că liderii organizațiilor, sunt cei care implementează și adoptă astfel de comportamente. Când managerii învață să activeze voința în ceilalți, sau voința, în ei înșiși și în alții, companiile culeg beneficiile unei acțiuni intenționate și văd mai multe proiecte finalizate [205].

Preadolescența este perioada marcată de multiple transformări neurologice, biologice și fiziologice, probleme emoțional-comportamentale, cum ar fi depresia, anxietatea [68, 69, 93] dificultățile de formare a conceptului de sine [87], dificultățile de natură interpersonală (bullying) și creșterea comportamentelor de asumare a riscurilor [185, 187], creșterea comportamentului adictiv [113], dificultățile de adaptare [56]. Întrebările precum: „Cine sunt?”, „Cine aș vrea să fiu?”, „Sunt plăcut?”, „Sunt acceptat/ Mă accept?” caracterizează preadolescenții de astăzi. Aceste întrebări necesită dezvoltarea unor resurse personale precum capacitatea de a lansa scopuri, de a lua decizii, de a depăși obstacole, precum și realizarea planurilor stabilite anterior. Așadar, voința și calitățile volitive ocupă un loc aparte în personalitatea preadolescentului. Lipsa voinței sau dezvoltarea insuficientă a calităților volitive, deseori, pot duce la inhibarea comportamentului, la subminarea resurselor proprii, la scăderea capacității de muncă, a productivității activității și la dificultăți de relaționare. Voința este esențială în cadrul dezvoltării personale, ea redă puterea de a transforma intenția în acțiune. Voința și calitățile volitive se formează continuu de-a lungul vieții prin succesiunea acțiunilor voluntare cerute de contextul vieții de zi cu zi și ca rezultat al exercițiilor autoimpuse. Astfel se dobândesc anumite calități care descriu capacitatea volitivă a persoanei. Cele mai importante calități volitive sunt: capacitatea de atingere a scopului, perseverența, independența, promptitudinea în luarea deciziilor și autocontrolul. A deveni o persoană autonomă, independentă și autoreglabilă este un aspect cheie în dezvoltarea identității preadolescente. Autoreglarea este definită de K. Moilanen „ca abilitatea de a activa, monitoriza, inhiba, persevera și/sau adapta în mod flexibil comportamentul, atenția, emoțiile și strategiile cognitive ca răspuns la direcția din indicii interni, stimuli de mediu și feedback-ul de la alții, într-o încercare de a atinge obiective relevante personal” [158].

Conform datelor Ministerului Sănătății din România și Organizației Mondiale a Sănătății 28% dintre copiii români testează țigările înainte de a împlini vârsta de 10 ani, iar consumul curent de nicotină poate duce la instalarea dependenței [224].

Potrivit studiului realizat de Global Youth Tobacco Survey în 2017 pe copiii și adolescenții din România, reiese că 14,6% dintre copiii școlarizați cu vârstele între 13 și 15 ani fumează actual tutun, însemnând că aproximativ 90.000 de preadolescenți din această categorie de vârstă pot deveni fumători zilnici, iar 8,2% dintre preadolescenții școlarizați (13 – 15 ani) au folosit (în ultimele 30 de zile) țigarete electronice [225].

Potrivit datelor oferite în 2019 de Ministerul Educației, Culturii și Cercetării, Ministerul Sănătății, Muncii și Protecției Sociale în colaborare cu UNICEF Moldova, reiese că aproximativ 86,8% din totalul elevilor din clasele a VI-a – XII-a, din Republica Moldova, sunt afectați de bullying. Studiul a identificat că fiecare al 3-lea elev a fost victimă, martor și agresor [227].

Aceste descoperiri arată că îmbunătățirea autocontrolului și autoreglării în rândul preadolescenților e o necesitate însemnată, atât pentru dezvoltarea unor relații armonioase cu semenii, cât și în dezvoltarea identității de sine.

În unele cazuri preadolescenții cu dificultăți de adaptare se pot confrunta și cu probleme alarmante, ce includ consumul de droguri, abandonul școlar sau actele de agresivitate mai gravă [56]. Conform cercetătoarei A. Verdeș, care a realizat un studiu asupra dezvoltării afectivității la preadolescenții educați în situații sociale de dezvoltare diferite, prezența atașamentului insecurizant la copii poate conduce la formarea unor relații interpersonale distructive/dezagreabile cu semenii și implicarea în manifestarea comportamentelor deviante la vârsta preadolescentină [85].

Perioadele sensibile în formarea și dezvoltarea voinței sunt copilăria și preadolescența [152, 169, 175]. Familia organizată [76], atașamentul securizant [39, 74], stilul parental autoritar și încurajator [17], monitorizarea părinților, exemplul personal al părinților constituie pilonii de bază în formarea și cultivarea unei personalități volitive, prin dezvoltarea autocontrolului și stimularea independenței și a luării deciziilor. Studiile arată că doi părinți reușesc mai bine să monitorizeze activitatea copiilor [5]. Acest lucru reiese din faptul că un părinte este mult prea ocupat cu asigurarea condițiilor esențiale de trai, cum ar fi plata facturilor, asigurarea hranei, a sănătății copilului, așadar sunt nevoiți să acorde o prioritate mai scăzută impunerii și respectării regulilor. Preadolescența este momentul în care se realizează trecerea din mediul familial către lumea exterioară, perioadă ce necesită o nouă abordare din partea părinților. Preadolescenții devin mai independenți în stabilirea programului personal, au nevoie de mai mult respect și

spațiu personal și în același timp au nevoie de apropierea și supravegherea atentă a părinților [11, 53, 76].

Printre alți factori ce favorizează stabilitatea calităților volitive și a efortului voluntar, sunt: starea de bine a preadolescenților, somnul, starea de sănătate, alimentația echilibrată, evitarea surmenajului psihic și fizic, activitățile fizice, abilitățile de rezolvare a conflictelor [12, 59, 60, 76].

Descrierea situației în domeniul de cercetare și identificarea problemei de cercetare.

Fenomenul voinței a fost studiat de către mai mulți specialiști din diverse domenii ale psihologiei: generale (M. Zlate, P. Popescu-Neveanu, A. Cosmovici, T. Ribot, E. Ильин) [10, 65, 73, 91, 211], educaționale (M. Deimann, L. Corno, V. Mih) [45, 109, 112], sociale (J. Kuhl, R. Baumeister, A. Duckworth, M. Inzlicht, C. Frith, J. Parkinson, E. Asselmann, N. Baumann, J. Diefendorff, P. Pintrich) [5, 17, 93, 95, 96, 115, 117, 118, 124, 125, 141, 147, 148, 166, 168], cognitiv-comportamentale (H. Heckhausen, J. Keller, B. Zimmerman) [135, 145, 208], neuroștiințifice (C. Gomes, B. Libet, M. Brass, P. Haggard, J. Coxon, M. Watanabe, H. Liljenström, C. Ganos, D. Inkvar) [104, 110, 127, 129, 131, 132, 133, 140, 149, 151, 196, 197], a sportului (H. Высочина, A. Воробьева, M. Василенко, Ф. Высочин, A. Ловягина) [194, 214] și organizaționale (A. Yancey) [205]. De asemenea, tulburările în voință au atras atenția specialiștilor din domeniul psihologiei clinice, a psihopatologiei și a psihiatriei (G. Watson, S. Forstmeier, G. Ainslie, T. Goshke, P. Liddle, T. Metzinger, P. Hertel, J. Nitschke, M. Donati, L. Wilmschurst, S. Henderson) [92, 116, 123, 130, 136, 137, 150, 156, 163, 198, 200].

Despre specificul de vârstă al preadolescenților găsim numeroase lucrări și articole publicate de către specialiștii în domeniul psihologiei dezvoltării (J. Piaget, E. Erikson, L. Steinberg, E. Shulman, E. Verza, U. Șchiopu, A. Munteanu, T. Crețu, G. Sion, F. Golu, E. Vladislav, I. Racu, Iu. Racu, M. Negreț, G. Pânișoara, V. Sălăgean) [11, 27, 53, 56, 61, 63, 67, 68, 69, 76, 79, 81, 82, 86, 88, 120, 185, 187].

Cercetarea doctorală realizată în Republica Moldova de către I. Mulco pe tema „*Dezvoltarea sferei volitive la preșcolari în cadrul activităților de coregrafie*” arată că dezvoltarea voinței este puternic conectată cu dezvoltarea motricității. Rezultatele studiului sugerează că în fazele timpurii ale preșcolarității, voința la copilul mic reprezintă o condiție necesară pentru realizarea mișcărilor și pentru autoreglare. Urmând ca, mai târziu, preșcolarul să conștientizeze specificul execuției mișcărilor și să-și formeze un plan al acțiunii interne pentru realizarea acestora [52]. O altă teză de doctor realizată de N. Gîncota cu titlul „*Dezvoltarea sferei afectiv-volitive la vârsta școlară mică în diferite situații sociale de dezvoltare*” pune în lumină că dezvoltarea sferei emoțional-volitive la școlarii mici din diferite situații sociale de

dezvoltare depinde de specificul experienței diferite de comunicare cu adulții și semenii. Au fost consemnate diferențe în dezvoltarea sferei emoțional-volitive la elevii din familiile incomplete nefavorabile și instituțiile de tip închis și cei din familiile complete favorabile [23].

Studii actuale pe tema dezvoltării voinței și a calităților volitive la preadolescenții din Republica Moldova și România nu au fost realizate. Considerăm semnificativă și actuală cercetarea complexă și aprofundată asupra voinței, a calităților volitive și a particularităților de personalitate ale preadolescenților cu voință puternică, atât pentru descoperirea esenței voinței, cât și pentru înțelegerea ulterioară a particularităților de dezvoltare a sferei emoționale și a personalității preadolescentului.

Scopul cercetării constă în studiul particularităților voinței și a calităților volitive la preadolescenți, precum și elaborarea și implementarea unui model nou de intervenții psihologice în vederea dezvoltării voinței și a calităților volitive și prin aceasta să contribuie la dezvoltarea trăsăturilor de personalitate.

Atingerea scopului cercetării va fi posibil prin realizarea următoarelor **obiective**:

1. analiza literaturii de psihologie cu referire la voință, calitățile volitive, vârsta preadolescentă, modalitățile de studiere a voinței, precum și a metodelor, tehnicilor și procedeele de dezvoltare a calităților volitive;
2. identificarea diferențelor de gen și de vârstă în manifestarea voinței la preadolescenți;
3. stabilirea modalităților de manifestare a calităților volitive la preadolescenți;
4. evidențierea diferențelor de gen și de vârstă în manifestarea calităților volitive la preadolescenți;
5. reliefarea trăsăturilor de personalitate caracteristice preadolescenților cu diferite niveluri de dezvoltare ale voinței;
6. elaborarea, implementarea și evaluarea eficienței programului de intervenții psihologice orientat la dezvoltarea voinței și a calităților volitive la preadolescenți.

Ipotezele cercetării:

Presupunem că modul de manifestare și nivelurile voinței la preadolescenți sunt condiționate de gen, de vârstă și determină prezența anumitor trăsături de personalitate și au anumite caracteristici pentru această etapă de dezvoltare.

Presupunem că intervențiile psihologice special organizate pot să influențeze pozitiv dezvoltarea voinței și a calităților volitive la preadolescenți și prin aceasta să contribuie la dezvoltarea personalității.

Rezultatele obținute care contribuie la soluționarea problemei științifice importante constau în conceptualizarea integrată a voinței dedusă din abordarea de gen și de vârstă, în

elucidarea caracteristicilor calităților volitive în dependență de gen și de vârstă și prin prisma evidențierii modului de manifestare a trăsăturilor de personalitate la preadolescenții cu diferite niveluri de dezvoltare ale voinței, fapt ce a constituit fundamentul pentru elaborarea și implimentarea unui model nou de intervenții psihologice ce a contribuit la dezvoltarea voinței și a calităților volitive (capacitatea de atingere a scopurilor, curajul și capacitatea de a lua decizii, perseverența și fermitatea, inițiativa și independența, autocontrolul și anduranța).

Noutatea și originalitatea științifică. Pentru prima dată la nivel național a fost realizat un demers teoretico-experimental privind voința și calitățile volitive la preadolescenți. S-a conceptualizat un model psihodiagnostic pentru investigarea voinței, calităților volitive și a trăsăturilor de personalitate corelate cu acestea la preadolescenți. S-a evidențiat evoluția voinței și a calităților volitive pe parcursul vârstei preadolescente. S-a stabilit caracterul specific al voinței și a calităților volitive la preadolescenți și preadolescente. Au fost examinate trăsăturile de personalitate particulare pentru preadolescenții cu diferite niveluri de dezvoltare ale voinței. A fost reliefat portretul psihologic al preadolescentului cu nivel înalt de dezvoltare al voinței. A fost elaborat și verificat un model de intervenții psihologice orientat la dezvoltarea voinței și a calităților volitive la preadolescenți.

Semnificația teoretică a lucrării. Rezultatele demersului teoretico-experimental îmbogățesc domeniul psihologiei dezvoltării și psihologiei educației cu noi cunoștințe ample referitoare la dezvoltarea voinței și a calităților volitive în preadolescență, la diferențele de gen și de vârstă în manifestarea voinței și a calităților volitive la preadolescenți, precum și despre particularitățile de personalitate și legitățile de dezvoltare ale preadolescenților cu diferite niveluri de voință. Rezultatele investigației și concluziile formulate sunt importante pentru elaborarea teoretică a problemei voinței, sferei emoțional-volitive și a personalității în contextul compartimentului „Dezvoltarea cognitivă și psihosocială în preadolescență”.

Valoarea aplicativă a lucrării. Ideile și legitățile expuse în prezenta cercetare despre dezvoltarea voinței și a calităților volitive, intercorelațiile cu trăsăturile de personalitate pot fi utilizate în procesul de dezvoltare și formare a unei personalități echilibrate și armonioase. Instrumentele psihodiagnostice propuse pentru examinarea voinței, a calităților volitive și a trăsăturilor de personalitate pot fi utilizate de către psihologii școlari, psihologii clinicieni și psihoterapeuți, cadre didactice, etc. Programul de intervenții psihologice orientat la dezvoltarea voinței și a calităților volitive poate fi folosit de către psihologii școlari, psihoterapeuții ce derulează grupuri de dezvoltare personală, cadre didactice, părinți și preadolescenți și poate constitui fundamentul pentru un ghid metodologic de bune practici.

Aprobarea și implementarea rezultatelor cercetării. Rezultatele cercetării au fost discutate și aprobate în cadrul ședințelor Catedrei de Psihologie a Universității Pedagogice de Stat „Ion Creangă” din Chișinău și în cadrul Catedrei Psihologia Dezvoltării a Universității din Granada, Spania (în contextul mobilității Erasmus+), în cadrul conferințelor științifice și în revistele științifice.

1. Conferința „Probleme actuale ale științelor umaniste și Analele științifice ale doctoranzilor și competitorilor”, Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău, 2016, *Voința la preadolescenți*.
2. Conferința „Probleme actuale ale științelor umanistice și Analele științifice ale doctoranzilor și postdoctoranzilor”, Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău, 2017, *Structura și calitățile actului volitiv*.
3. Conferința științifico-practică națională cu participare internațională „Tendințe moderne în psihologia practică”, Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău, 2018, *Modalități de investigare a calităților volitive*.
4. Conferința „Probleme actuale ale științelor umanistice și Analele științifice ale doctoranzilor și competitorilor”, Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău, 2018, *Neuroștiința asumării riscurilor la adolescenți*.
5. Conferința „Probleme actuale ale științelor umanistice și Analele științifice ale doctoranzilor și competitorilor”, Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău, 2019, *Patologia voinței*.
6. Conferință științifică cu participare internațională „Dezvoltarea personală și integrarea socială a actorilor educaționali”, Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău, 2021, *Calitățile volitive la preadolescenți*.
7. Conferința științifică cu participare internațională „Învățământul superior: tradiții, valori, perspective”, Universitatea de Stat din Tiraspol, 2021, *Dezvoltarea voinței la preadolescenții contemporani*.
8. Conferința științifică internațională „Asistența psihologică la etapa contemporană – realități și perspective”, Universitatea de Stat „Alecu Russo” din Bălți, 2021, *Voința și trăsăturile de personalitate la preadolescenți*.
9. Conferința Științifică Națională cu Participare Internațională „Probleme ale științelor socioumanistice și ale modernizării învățământului”, Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău, 2022, *Metode psihologice de optimizare a calităților volitive la preadolescenți*.

10. Revista Univers Pedagogic, Chișinău, 2021, *Particularitățile conștiințiozității, stabilității emoționale și autonomiei la preadolescenți*.
11. Journal of Experiential Psychotherapy, București, 2021, *Development of Volitional Qualities in Preadolescents in Experimental Conditions*.

Metodologia cercetării derivă din scopul, obiectivele și ipotezele de cercetare și se constituie din metode teoretice (analiza și sinteza literaturii de specialitate; metoda ipotetico-deductivă pentru interpretarea și explicarea rezultatelor obținute în cercetare); metode empirice (chestionarul, testul, experimente de constatare și de control, intervenții psihologice); metode matematice și statistice (metoda calculării coeficientul de corelație Pearson, testul T-student, testul U Mann-Whitney și testul Wilcoxon). Metodele empirice utilizate sunt: *Chestionarul de autoapreciere a voinței* (după E. Руденский), *Scala perseverenței* (după A. Duckworth), *Tehnica de studiere a calităților volitive ale personalității* (de H. Стамбулова) și *Chestionarul de personalitate cu 5 factori (CP5F)* (după M. Albu).

Sumarul compartimentelor tezei. Teza de față este constituită din preliminarii (adnotarea în trei limbi, lista abrevierilor și introducerea), trei capitole, concluzii generale și recomandări, bibliografie din 227 de titluri și 6 anexe, este redactată pe 137 de pagini și include 63 de figuri și 16 tabele.

Introducerea cuprinde argumentele, importanța temei de cercetare și descrierea situației din domeniul de cercetare. Sunt expuse scopul, obiectivele și ipotezele cercetării, rezultatele obținute ce contribuie la soluționarea problemei științifice importante. De asemenea sunt prezentate și fundamentate noutatea științifică a rezultatelor obținute, importanța teoretică și valoarea aplicativă a lucrării.

Capitolul 1 intitulat „*Problema voinței în psihologie*”, examinează și descrie abordările teoretice ale voinței, structura și etapele actului volitiv; sunt prezentate și evidențiate principalele calități volitive, tulburări și patologii ale voinței. De asemenea, cuprinde și sinteza cu referire la particularitățile vârstei preadolescente și a sferei volitive în preadolescență.

În *Capitolul 2* cu titlul „*Cercetarea experimentală a voinței și a calităților volitive la preadolescenți*” este expusă descrierea scopului, obiectivelor, ipotezelor și a metodologiei de cercetare; sunt puse în evidență următoarele aspecte ale demersului de constatare: dezvoltarea voinței și a calităților volitive pe parcursul vârstei preadolescente, diferențele de gen în manifestarea voinței și a calităților volitive la preadolescenți, trăsăturile de personalitate caracteristice ale preadolescenților cu diferite niveluri de dezvoltare ale voinței.

Capitolul 3, cu titlul „*Dezvoltarea calităților volitive la preadolescenți*” cuprinde caracterizarea demersului formativ: sunt descrise scopul, ipoteza, obiectivele și principiile

proiectării și elaborării programului de intervenții psihologice, metodele, tehnicile și procedeele, caracteristicile și etapele activităților de grup. De asemenea în această parte a lucrării este prezentată eficiența programului de intervenții psihologice implementat prin examinarea și evidențierea diferențelor între rezultatele preadolescenților din grupul experimental test / retest, între rezultatele preadolescenților din grupul de control test / retest și între rezultatele preadolescenților din grupul experimental retest / grupul de control retest.

Concluziile generale și recomandările oferă o sinteză a rezultatelor finale ale cercetării, urmate de propunerea unor recomandări ce ar contribui la implementarea ulterioară a rezultatelor cercetării și la cultivarea și creșterea calităților voinței la preadolescenți.

1. PROBLEMA VOINȚEI ÎN PSIHOLOGIE

1.1. Abordări teoretice ale voinței

Din punct de vedere istoric, voința a fost un concept utilizat în teologie și etică, apoi a pătruns în domeniul juridic și politic. Recent și-a făcut simțită prezența în teoria științifică, în domenii ale psihologiei clinice, organizaționale, psihologiei sportului, psihologiei educaționale, neuroștiinței, medicinei și multor altor domenii, lăsând totuși urme de lungă istorie neștiințifică.

În teologia și filosofia creștină, voința umană a fost considerată o derivată a voii lui Dumnezeu. „Fie voia Domnului!” expresie des folosită și în prezent, ce ne lasă să înțelegem că voința lui Dumnezeu e supremă, iar alegerea lui va fi în favoarea Binelui și nu a Răului [181].

În perioada postmedievală, voința a devenit laicizată și a fost considerată capacitatea de a face alegeri, care nu erau direcționate în mod intrinsec spre bine. În consecință, din moment ce binele nu mai era inerent în acea facultate, voința și-a găsit locul în mintea individuală, la care trebuiau abordate tot felul de reglementări externe ale comportamentului uman. Acestea ar putea atinge problemele legate de dreptate și răutate, despre alegeri bune sau rele, despre modalități de a face față conflictelor legate de alegerile incompatibile sau chiar despre excluderea sau incluziunea indivizilor în ceea ce privește dreptul de a face alegeri. Din interior, voința este o facultate de minți individuale. Din exterior, ea servește ca un factor pentru impactul reglării externe a comportamentului indivizilor [181].

Studiul literaturii științifice de psihologie pune în lumină faptul că voința este un fenomen cuprinzător și există mai multe abordări explicative ale acestui concept. Dintre acestea le vom trece în revistă și descrie pe cele mai semnificative: teoria intelectualistă, teoria psihanalitică, teoria comportamentală și teoria afectivă a voinței [10, 21, 64, 65, 73, 90, 91, 211].

Voința în teoria intelectualistă. În Grecia Antică a apărut teoria intelectualistă ce evidențiază rolul rațiunii în actul voluntar, astfel actul voluntar este echivalent cu deliberarea. Aristotel considera că voința e un tip de deducție, iar decizia se datorează raționamentului. Conform lui Aristotel, o acțiune voluntară și liberă este aceea care derivă din individ și nicidecum din factori de condiționare externi, atâta timp cât este pregătită de subiect cu o cunoaștere adecvată a tuturor circumstanțelor specifice din jurul alegerii: cu atât mai exact va fi această investigație, cu cât alegerea corespunzătoare va fi mai liberă [apud 10].

Socrate în tezele sale propune o viziune intelectualistă a voinței. După Socrate voința este determinată de cunoaștere. El considera că prin înfrânarea satisfacerii nevoilor un individ își poate dezvolta și perfecționa abilitățile intelectuale.

Voința în teoria psihanalitică. S. Freud leagă actul voluntar de cenzură, care este situată în componenta personalității „Supra-Eu” și interzice impulsurilor din „Sine” să se înlătuiească.

Ca exemplu de astfel de cenzură sunt interdicțiile impuse de către părinți copiilor încă din perioada copilăriei timpurii și care trebuie respectate de cei din jur. Potrivit lui S. Freud, actul voluntar este unul lipsit de atracție și anevoios, împingând individul spre fapte ce nu-i sunt pe plac [apud 21]. Autorul consideră că voința reprezintă o formă de inteligență intensificată de capacitatea de stăpânire și amânare a unor acțiuni, în beneficiul unei conduite sănătoase [apud 10].

Un alt reprezentant al psihanalizei C. Jung, făcând referire la voință menționează că aceasta presupune o organizare culturală, fapt ce constituie „o achiziție târzie a umanității, de care primitivii nu erau capabili”. C. Jung definește voința și atenția drept „fenomene psihice secundare”, care sunt reprezentate de cantitatea de energie aflată în subordinea conștiinței și se transpun în realitate prin motivație conștientă [apud 21].

Voința în teoria comportamentală. B. Skinner consideră că actul voluntar e rezultatul unui reflex condiționat și are caracter ideomotor. În viziunea sa, actul voluntar este declanșat de o imagine sau o idee, însă nu orice act este considerat a fi voluntar. B. Skinner, în contextul principiului de întărire, evidențiază că libera voință este o iluzie și o acțiune umană care este dependentă de consecințele acțiunilor anterioare. Dacă consecințele sunt negative, există o probabilitate destul de mare ca acțiunea să nu se repete. Dimpotrivă, dacă consecințele sunt pozitive, este probabil ca acțiunea să fie repetată [apud 10].

Voința în teoria afectivă. A. Cuvillier scoate în evidență importanța afectivității în formarea actului voluntar. Și W. Wundt leagă voința de afectivitate, astfel autorul consideră că voința este o formă de organizare și gestionare rațională a afectivității individului [apud 10, apud 90]. W. Wundt și F. Rignano menționează că procesele afective sunt cele care îl angajează plenar pe individ în acțiune. Autorii remarcă faptul că actul de voință începe cu dorințe și aspirații și constă în confruntarea dintre acestea în vederea deliberării finale [apud 10]. Actul voluntar și deciziile sunt condiționate de sentimente. Putem vorbi de voință atunci când hotărârea se ia pe baza unui sentiment superior. Considerăm că termenul de „sentiment superior” nu pare a fi cel mai indicat, ar trebui utilizat „sentimentul cel mai important pentru individ”.

Însă W. James a criticat acest punct de vedere, argumentând că o persoană afectivă nu se distinge printr-o voință puternică. În opinia lui W. James, voința este legată de verbul „trebuie” și este implicată în decizia de a acționa contrar unei dorințe arzătoare și de a alege o activitate lipsită de atractivitate [apud 10].

În plus la abordările explicative ale voinței expuse anterior, evidențiem abordări contemporane ale acestui fenomen:

Abordarea experimentală a voinței. N. Ach a conceput voința ca o competență obiectivă (având totuși corelații importante în experiența subiectivă) care facilitează punerea în aplicare a intențiilor dificile. El a dezvoltat metoda „introspecției experimentale sistematice” și a demonstrat experimental „tendința determinantă”, care indică faptul că instrucțiunile pentru executarea unei sarcini creează la o persoană o predispoziție de a acționa sau de a reacționa într-un anumit mod, fără ca individul să fie neapărat conștient de asta [apud 95, apud 146].

Abordarea controlului acțiunii formulată de J. Kuhl, oferă o abordare cuprinzătoare a varietății de competențe volitive care sunt utilizate de un individ pentru a regla alte funcții psihologice [147]. Conform teoriei lui J. Kuhl voința se diferențiază în două moduri de bază: modul de autoreglare și modul de autocontrol. În timp ce autoreglarea descrie capacitatea de a genera și menține obiective și comportamente congruente cu sine prin integrarea diferitelor informații, dorințe și nevoi, autocontrolul descrie capacitatea de a urmări scopuri prin inhibarea subsistemelor incongruente [apud 93, 147, 148].

Pentru a naviga în siguranță prin cursurile dificile ale acțiunii, J. Kuhl propune câteva instrumente utile, care au fost descrise ca strategii de control ale acțiunii și care conțin următoarele:

1. *atenția selectivă*: numită și funcție protectoare a voinței, care acoperă intenția curentă prin inhibarea procesării informațiilor despre tendințe de acțiune concurente;

2. *controlul codificării*: facilitează funcția de protecție a voinței prin codificarea selectivă a acelor caracteristici ale stimulului primit care sunt legate de intenția curentă și ignorarea caracteristicilor irelevante;

3. *controlul emoțiilor*: gestionarea stărilor emoționale pentru a le permite pe cele care susțin intenția curentă și a le suprima pe cele care o subminează, cum ar fi tristețea;

4. *controlul motivației*: menținerea și restabilirea importanței intenției curente, mai ales atunci când tendința inițială nu este la fel de puternică („Trebuie să fac asta, deși nu vreau cu adevărat.”);

5. *controlul mediului*: crearea unui mediu care este liber de distrageri incontrollabile și asumarea angajamentelor sociale, cum ar fi de a-i informa pe cei apropiați ce intenționezi să faci, ca să te ajute în realizarea intenției;

6. *procesare chibzuită a informației*: a ști când să te oprești; a emite judecăți despre cât de multă informație este suficientă și luarea deciziilor care să mențină comportamentele active în susținerea intențiilor actuale [147].

Mai târziu, J. Kuhl și-a extins abordarea într-o analiză cuprinzătoare a motivației și personalității umane, culminând cu **abordarea interacțiunilor sistemelor de personalitate**.

În conformitate cu abordarea de interacțiune a sistemelor de personalitate, J. Kuhl evidențiază că persoana care funcționează pe deplin este capabilă de a îndeplini două sarcini principale. Prima este de a atinge eficiența volitivă, ceea ce înseamnă că persoana poate forma planuri explicite prin deliberare rațională și poate pune aceste planuri în acțiune [148].

J. Kuhl afirmă că, eficiența volitivă necesită ca persoana să poată comuta în mod flexibil între două sisteme de personalitate și anume, memoria intențiilor și controlul intuitiv al comportamentului [148]. Controlul comportamental intuitiv după J. Kuhl este un sistem elementar de personalitate care permite persoanei să execute rutine comportamentale înnăscute și învățate. Este energizat de un afect pozitiv care semnalează condițiile favorabile și faptul că nevoile persoanei sunt îndeplinite. J. Kuhl explică că atunci când apar dificultăți totuși, afectul pozitiv scade și memoria intențiilor devine activată. Memoria de intenție este un sistem de personalitate la nivel înalt, care inhibă controlul intuitiv al comportamentului, astfel încât persoana să se poată opri, să-și dea seama ce s-a întâmplat și să dezvolte un plan de acțiune adecvat. Planul de acțiune poate fi pus în aplicare eficient odată ce afectul pozitiv este restabilit, ceea ce revigorează controlul intuitiv al comportamentului. În accepțiunea lui J. Kuhl, a doua sarcină principală pentru persoana care funcționează pe deplin este să obțină o creștere personală, ceea ce înseamnă că persoana se deschide către informații noi (adică neașteptate sau nedorite) și integrează aceste informații în rețelele existente de cunoștințe autobiografice [146]. Așadar, J. Kuhl conceptualizează voința ca instanță centrală de control care coordonează procesele mentale și subsistemele într-un mod în care implementarea intențiilor este optimizată. Cele mai importante subsisteme mentale, care trebuie coordonate în conformitate cu o intenție după J. Kuhl, sunt atenția, motivația, emoția, activarea, cunoașterea și comportamentul [apud 123, 146].

Abordarea motivației, voinței și performanței a lui J. Keller se bazează pe o teorie integrativă consacrată, dar o extinde prin încorporarea conceptului de intenții, control al acțiunii și procesare a informațiilor în cadrul unui model de sistem. În plus, abordarea ilustrează modul în care influențele mediului asupra comportamentului se combină cu, constructele și procesele psihologice interne în relație cu efortul direcționat spre obiectiv, performanța, consecințele și rezultatele [145].

O abordare relativ recentă a fenomenului voinței este constituită din **modelul de meta-voință** [205]. Modelul de meta-voință propus de A. Yancey presupune că schimbarea comportamentului la nivel de populație va avea loc numai prin mutarea motorului principal al schimbării de la motivația individuală și autoeficacitate la o voință și eficacitate colectivă și globală. Cercetătorul în domeniul psihologiei organizaționale, A. Yancey, consideră că liderii implementează de timpuriu astfel de schimbări în propriile lor organizații pentru a stimula

productivitatea și îmbunătățirea sănătății. Liderii ei înșiși sunt motivați de stimulente puternice pentru a-și îndeplini misiunile organizaționale. Modelul de meta-voință implică o cascadă de schimbări care pot fi declanșate de integrarea structurală a perioadelor scurte de activitate în rutina organizațională între sectoare și tipuri de organizații. Acest model integrează influențele biologice cu factorii psihologici și influențele socio-culturale cu procesele organizaționale [205].

J. Zhou propune și elaborează o **concepție unificatoare a voinței**. J. Zhou consideră voința un proces mental mediator executiv care acoperă decalajele dintre deliberarea, decizia și acțiunea corporală voluntară a unui agent [207].

În corespundere cu abordările explicative expuse anterior vom conchide că în teoriile psihologice voința este abordată ca un fenomen psihic care reglează alte procese și funcții psihice importante cum ar fi: gândirea, atenția, motivația, emoțiile și influențează modalitățile individului de a acționa și de a se comporta în vederea atingerii unor scopuri sau performanțe.

În continuare vom prezenta definițiile pentru voință din dicționarele fundamentale de psihologie:

Conform Dicționarului de psihologie Larousse, voința este definită de N. Sillamy drept aptitudinea de actualizare și realizare a intenției. Actul voluntar e determinat de o idee și implică o anumită reflecție și angajare. Conduitele care nu răspund acestui criteriu nu depind de voință. Voința este expresia Eului, dar și a personalității totale, a motivațiilor inconștiente, ca și a educației sociale, a învățării și a inteligenței [77].

Definiția voinței dată de R. Doron și F. Parrot în Dicționarul de psihologie este: un termen ce semnifică uneori o proprietate a caracterului unui individ care se definește prin gradul de forță cu care acesta stăruie într-o activitate orientată către scop, în ciuda rezistențelor și obstacolelor care pot apărea („a avea voință”). Poate, de asemenea, trimite la un aspect al gradului de adeziune a unui subiect la propriile conduite („a acționa de bunăvoie”) [16].

În concepția lui P. Popescu-Neveanu, voința este o capacitate și proces psihic complex ce conduce activitatea umană pe toate planurile ei. El numește voința un sistem de autoreglaj superior, iar actul volitiv presupune organizarea forțelor individuale prin inhibarea unora și mobilizarea și angajarea altora. Voința reprezintă un nivel de autoorganizare și autoreglaj superior celui pe care-l constituie afectivitatea [64].

În Dicționarul enciclopedic de psihologie, P. Mureșan prezintă voința ca activitate, proces și trăsătură psihică specifică omului, ce cuprinde o mare complexitate de procese psihice, o antrenare intelectuală și acționează în jurul unui scop. Acesta este aspectul central al ordonării și sistematizării activității voluntare. Clarificarea scopului, a mijloacelor și căilor de a ajunge la acesta, luarea hotărârii și apoi executarea reprezintă verigile actului desfășurat de voință. Scopul

este implicat în motivație. Acesta conține elemente psihice eterogene. Voința presupune un efort care este cu atât mai intens cu cât sunt mai mari greutatea de înfruntat în realizarea scopului propus. Fiind în interacțiune cu procesele psihice cognitive și afective actele de voință reprezintă manifestarea unor gânduri și sentimente ale omului în acțiunile și faptele sale, de aceea voința este implicată în motivațiile conduitei [apud 81].

Demersul științific al voinței a presupus și identificarea unui șir întreg de definiții, o parte din care le vom prezenta în continuare pentru a înțelege și explica mai relevant esența acestui fenomen.

După E. Claparède, voința este un act intențional ce rămâne totuși intim legat de trebuințe, fiind în același timp și o opțiune într-un conflict de tendințe. Autorul mai menționează că voința constă în sacrificarea unei dorințe pe altarul altei dorințe [apud 77].

R. May afirmă că voința este abilitatea de a organiza personalitatea astfel încât să fie posibilă mișcarea într-o anumită direcție sau spre un anumit scop. Pentru R. May voința este capacitatea de a lua decizii, ulterior orientarea vieții pe calea rațională și morală indicată de cultură.

J. Herbart definește voința ca fiind un act ce se produce prin intermediul gândirii, fiind centrat pe realizarea alegerilor și luarea de decizii [apud 10, apud 90].

J. Sartre, fiind influențat de tezele existențialiste și cele psihanalitice referindu-se la voință, menționează importanța deliberării în acest proces. Majoritatea actelor omului sunt determinate în mod inconștient; așadar deliberarea nu este decât o comedie, o raționalizare [apud 77].

J. Piaget face câteva clarificări semnificative cu privire la voință. Astfel, putem spune că este vorba despre voință, în cazul în care se prezintă următoarele două condiții: prima condiție – prezența conflictului între două tendințe (o singură tendință nu generează un act voluntar); a doua condiție – când cele două tendințe dispun de forțe inegale, una cedând celeilalte – rar prin actul de voință se produce o inversare, ceea ce era mai slab ajunge să fie mai puternic iar ceea ce era originar mai puternic este învins de ceea ce era mai slab [apud 64]. J. Piaget consideră că voința este un reglaj al reglajelor. Între formarea gândirii și cea a voinței este un raport de interdependență întrucât actele voluntare sunt și gândite, iar procesele de gândire sunt precumpănitor intenționate și voluntare. Un indice important pentru elaborarea și funcționarea voinței este obstacolul sau dificultatea. De aici apare necesitatea anticipării prin scop, a recrutării sau efortului voluntar [apud 64].

În aceeași ordine de idei, H. Peack arată că un act este cu atât mai voluntar cu cât poate răspunde mai puternic la proprietățile slabe, discrete ale stimulului, lăsând fără răspuns însușiri

puternice, evidente. Toate acestea demonstrează că din moment ce voința poate acționa contrar emoțiilor, ea reprezintă calitativ ceva superior reglajului afectiv [apud 64].

Pentru Th. Ribot, voința este realitatea psihică a unui individ, constituită din potențialitatea de a acționa în mod rațional în vederea realizării unor scopuri anterior create la nivel mintal. El mai adaugă că, la o persoană echilibrată, trăsăturile de personalitate și procesele psihice sunt subordonate controlului conștient [73].

În accepțiunea lui P. Janet, actele voluntare sunt acțiuni complicate social, care necesită un grad mare de activitate și se execută cu dificultate întrucât fac apel la tendințe sociale și morale, reținând acțiunea prin amânare și pregătind-o prin limbaj intern. Copilul își însușește schema acțiunilor sociale de cooperare și comunicare [apud 64, 219].

J. Bronckart și C. Prevost evidențiază că în psihologie noțiunea de voință are două explicații mai precise, ce provin din două curente de gândire diferite. Primul este inspirat de ideile lui A. Schopenhauer, pentru care voința este motivația absolută care guvernează „lumea fenomenelor”, ea este acea proprietate instinctivă pe care o are fiecare organism de a acționa și, prin aceasta, de a-și păstra și dezvolta forma proprie. În situația în care un organism este în plus înzestrat cu capacități de reprezentare, această motivație devine conștientă și se traduce prin scopul general care alcătuiește „voința de a trăi”. Cel de-al doilea curent pornește din teoriile care consideră că orice acțiune este voluntară în măsura în care este emanată de la un agent dotat cu intenție. În conformitate cu această teorie voința poate fi definită ca acel produs al intenției care-i dă agentului sentimentul că acțiunea rezultă mai curând din propria sa decizie decât din circumstanțele și factorii externi. În acest context acțiunea voluntară cuprinde acea structură de comportament care se elaborează într-un moment din istoria individului, ca sinteză dinamică a arheologiei organismului și a capacităților de reprezentare, pentru a acționa într-o realitate cunoscută rațional și pentru a lua deciziile care vizează s-o transforme în cadrul semanticii acțiunii, P. Ricœur a introdus termenul mai general de voliție, care include fenomenele de „dorință” (executarea unei acțiuni depinde de factori pe care agentul nu-i poate controla), de „ordin” (executarea acțiunii depinde de un subiect căruia agentul îi recunoaște autoritatea) și de „intenție volitivă” (executarea acțiunii depinde de un singur agent) [apud 16].

J. Pagel și P. Kirshtein prezintă voința ca o componentă a rezolvării problemelor, o dinamică ce încorporează procesele de orientare către obiective sau efortul depus spre realizarea și rezolvarea unor situații – problemă. Persoana sau sistemul volitiv exercită și experimentează sentimentul de alegere personală și sentimentul că lucrurile ar putea fi altfel sau diferite [165].

R. Baumeister și J. Tierney concep voința ca un set de procese executive centrale care reglează gândurile, sentimentele și acțiunile persoanei într-o manieră de sus în jos. În viziunea

autorilor voința poate fi văzută ca o construcție globală din spatele autoreglării și autocontrolului [5, 147].

R. Baumeister evidențiază faptul că voința umană reprezintă, în același timp, o capacitate alimentată de o resursă comună limitată și o mai definește ca fiind „putere de voință”. Sarcinile ce necesită putere de voință includ autocontrolul, luarea deciziilor, rezolvarea problemelor complexe și a conflictelor. Din această perspectivă, nu există o sarcină care să epuizeze voința umană, ci mai degrabă o serie de sarcini care se bazează mai mult sau mai puțin pe această resursă. Într-o serie de studii comportamentale, R. Baumeister și colegii săi au arătat că diferitele sarcini presupuse ce se bazează pe puterea voinței au interferat sistematic între ele. Mai precis, ei au demonstrat că îndeplinirea unei sarcini care se bazează puternic pe puterea voinței duce la epuizarea acestei resurse (așa-numita epuizare a ego-ului sau ego-depletion) și are ca rezultat o performanță afectată în sarcinile ulterioare, bazându-se și pe voință. A doua presupunere de bază a metaforei voinței constă în faptul că un comportament voit implică mult efort și, prin urmare, necesită mai multă energie decât un comportament care nu se bazează pe voință. Sprijinul pentru ideea cerințelor de energie mai mare pentru procesele care implică voință provine din observația că astfel de procese sunt foarte sensibile la nivelul de glucoză neuronală [96].

P. Haggard susține că, pentru natura umană, capacitatea de acțiune voluntară este esențială. P. Haggard afirmă că acțiunile voluntare sunt un puzzle pentru neuroștiința modernă. Noi cercetări au identificat rețelele de zone cerebrale care stau la baza acțiunii voluntare. Acestea includ zona motorie pre-suplimentară, cortexul prefrontal anterior și cortexul parietal. Aceste zone generează informații pentru acțiunile viitoare și provoacă, de asemenea, experiența conștientă distinctivă de a intenționa să acționeze și apoi de a controla propriile acțiuni. Voința constă într-o serie de decizii referitoare la acțiune: ce acțiune să efectueze și când să o efectueze. Relatările neuroștiințifice ale acțiunii voluntare pot informa debaterile despre natura responsabilității individuale [132, 133].

M. Brass, studiind voința, se concentrează pe relevanța funcțională a diferitelor regiuni ale creierului: zona cingulară rostrală, o regiune care se extinde de la cortexul cingular anterior mai posterior și dorsal și zonele motorii suplimentare și pre-suplimentare. M. Brass susține că există părți distincte ale cortexului frontal medial care ar putea fi implicate în diferite aspecte ale controlului acțiunii intenționate [104, apud 132].

M. Watanabe și D. Munoz consideră că ganglionii bazali reprezintă o structură cheie pentru pregătirea acțiunii volitive [196].

C. Frith evidențiază că un act voluntar implică o mișcare pe care putem alege să o facem (sau nu), în mod deliberat și numai prin gândire. Definirea actelor voluntare ca reprezentând un

comportament asupra căruia avem control conduce la multe probleme filosofice profunde, menționează aceasta. C. Frith concluzionează că și animalele sunt capabile de acte voluntare, atunci când sunt vâdate, spre exemplu, și își modifică traiectoria mișcărilor, iar acest lucru se poate observa prin intermediul comportamentului. La oameni, în schimb, este posibilă introspecția, iar actele voluntare pot fi comunicate de la persoana întâi prin intermediul limbajului, făcându-ne cunoscute intențiile, rezultatele finale și reflecțiile personale despre acestea [124].

И. Сеченов prezintă voința ca fiind aspectul activ al conștiinței și al sentimentului moral. Voința este cea care dirijează mișcarea în numele unui anumit scop, deseori, chiar și în pofida sentimentului de autoconservare [apud 211].

La originea voinței este relația comandă–subordonare. După Л. Выготский prin comunicarea cu adultul copilul execută comenzile verbale ale acestuia și învață să se supună. Apoi, prin limbajul pentru sine și mai ales prin limbajul intern copilul ajunge singur să-și dea comenzi, luându-și astfel în stăpânire comportamentul [apud 64, 209].

А. Леонтьев vorbește despre voință în contextul activității. Astfel А. Леонтьев consideră că, pe de o parte, comportamentele unei specii sunt organizate în activități orientate spre finalități de supraviețuire (reproducere, nutriție, protecție de pericol) și că, pe de altă parte, acțiunile umane constituie ansambluri de comportamente articulate cu un scop conștient, al căror raport cu finalitățile speciei este mediat de structurile de interacțiune socială. Autorul arată că funcția care era anterior interpersonală sau interpsihică devine, prin interiorizare, intraindividuală sau intrapsihică. Voința depinde de condițiile dezvoltării în activitate a persoanei. Voința nu poate fi puternică în absența unor scopuri clare și valoroase, fără ca anterior să fi existat perioade de antrenament în lupta cu obstacolele. А. Леонтьев atenționează că dorința nu ar trebui să fie confundată cu, capacitatea de efort voluntar ce se formează și se investește în activitatea efectivă. Temeiul dezvoltării și formării voinței este munca, luată în toate formele ei – fizică, intelectuală, culturală, organizatorică și socială. Este important și faptul că după tipul de activitate și efort precumpănitor exersat, voința se specializează putând fi mult mai puternică într-un domeniu decât în altul. În consecință, antrenarea satisfăcătoare a tuturor formelor de efort este o condiție fundamentală a dezvoltării multilaterale a personalității [apud 64].

А. Cosmovici prezintă pentru voință următoarea definiție: voința este capacitatea individului de a acționa în vederea realizării unui scop conștient, depășind anumite bariere interioare sau exterioare [10].

М. Zlate investighează voința și consideră că aceasta este o aptitudine a persoanelor de a-și actualiza și împlini intențiile. Voința se exprimă nu doar prin inițierea și susținerea acțiunilor și

activităților, ci și prin amânarea, reținerea, frânarea lor, în pofida unor incitații puternice interne sau externe [90, 91]. M. Zlate susține că voința este capacitatea individului de a iniția, determina și acționa, dar și de a amâna, frâna, inhiba tendințele spre acțiune. Voința are ca fundament o putere de impulsivitate [90, 91].

M. Golu înțelege și caracterizează voința ca un proces psihic de reglare / autoreglare a comportamentului, al cărui cel mai important rol rezidă în optimizarea conduitelor orientate spre atingerea unui anumit obiectiv cu valoare adaptativă. Făcând referire la obstacole ce interferează între dorință (motiv) și împlinire (scop) și structurându-se, pe baza acestora, mecanismele reglajului voluntar trebuie să se moduleze și să se adapteze după specificul acestora. Efortul depus de individ trebuie să fie proporțional cu intensitatea obstacolului. Acest fapt prevede ca în componența sistemului volițional să existe operatori speciali de comparare și evaluare. Cu cât aceștia vor fi mai bine elaborați cu atât efortul voluntar va fi mai adecvat și invers, cu cât ei vor fi mai slab structurați, cu atât vor apărea discordanțe mai mari, în hiper (efort mai mare de cât este obiectiv necesar) sau în hipo (efort mai mic decât este obiectiv necesar). M. Golu menționează că voința pe măsura dezvoltării se impune ca modalitate importantă de organizare și reglare de desfășurare a tuturor celorlalte procese, stări și condiții psihice – percepția, reprezentarea, imaginația, gândirea, memoria, atenția și chiar afectivitatea și motivația. Anume datorită dimensiunii voliționale, omul trece din ipostaza de instrument al dinamicii spontane a pulsivității, a tendințelor și a stărilor interne în cea de stăpân și monitor al lor, dobândind efectiv atributul Eului. Ca o componentă fundamentală a structurii personalității, Eul este practic de neconceput fără latura sa volitivă, care-i conferă pregnanță, rezistență și forță acțională în raporturile lui cu lumea externă, în general cu mediul social, în particular [apud 10, apud 90].

I. Mitrofan, A. Neculau, L. Iacob examinează voința și o prezintă ca pe un proces psihic ce se caracterizează prin orientare conștientă a omului spre îndeplinirea unor scopuri și prin efortul depus pentru atingerea lor. De asemenea, autorii prezintă voința și ca trăsătură de caracter manifestată prin decizie fermă și perseverență în învingerea obstacolelor și dificultăților [48, 55, apud 90].

T. Crețu definește voința ca proces psihic complex de reglaj superior, realizat prin mijloace verbale și constând în acțiuni de mobilizare și concentrare a energiei psihonervoase în vederea biruirii obstacolelor și atingerii scopurilor conștient stabilite [11, 90]. Reglajul superior despre care se vorbește în definiție se manifestă printr-un efort voluntar îndreptat fie spre susținerea, fie spre înfrânarea unei anumite acțiuni [11, apud 90].

Din multitudinea de definiții expuse pentru voință evidențiem faptul că autorii nu sunt unanimi în explicarea și înțelegerea acestui fenomen. Diversitatea accepțiunilor pot fi interpretate prin prisma complexității voinței cât și a posibilității privirii acesteia din mai multe puncte de vedere. Astfel investigațiile detaliate și profunde ale cercetărilor psihologice cu referire la problema voinței ne permite să o abordăm și descriem ca: proces psihic, aptitudine / abilitate și trăsătură de personalitate care este implicată în organizarea și desfășurarea tuturor proceselor și însușirilor psihice: percepția, memoria, atenția, gândirea, imaginația, afectivitatea și motivația. Voința, întotdeauna, implică efort, asiduitate și angajare orientate și canalizate în vederea atingerii unor anumitor scopuri și obiective depășind anumite obstacole, dificultăți și impedimente atât interioare cât și exterioare. Efortul și sârguința individului vor fi proporționale cu dificultățile și barierele cu care acesta se confruntă. Prezența voinței depinde de educație, învățare și inteligență și este caracteristică unei personalități multilateral și armonios dezvoltate.

Vom înțelege voința ca o componentă a personalității care presupune organizarea proceselor psihice, a acțiunilor și comportamentelor pentru împlinirea scopurilor. Voința va cuprinde și antrenarea intelectului prin reflecție, luarea deciziilor și angajare. Insistăm pe această semnificație a voinței întrucât anume din această perspectivă o vom studia în prezenta cercetare.

1.2. Structura și etapele actului volitiv

Voința este un construct psihologic complex ce se impune și se caracterizează printr-o anumită structură și etape în conținutul său [64, 77, 104, 132, 147, 194].

N. Sillamy propune o schemă clasică a actului voluntar, ce cuprinde patru etape: conceperea proiectului, deliberarea, pronunțarea deciziei și efectuarea acțiunilor necesare pentru realizarea proiectului propus. Dovada pertinentei proiectului este reprezentată de acțiunile realizate [77].

J. Kuhl evidențiază câteva subtipuri ale proceselor volitive: atenția selectivă; codificarea selectivă; controlul emoției; controlul motivației; controlul mediului; prelucrarea informațiilor deficitare [147].

M. Brass și P. Haggard au dezvoltat un model neuroanatomic funcțional euristic al actului volițional, așa-numitul model WWW (what, when, whether). Astfel, în acest model explicativ identificăm prezența a trei componente ale structurii interne ale actului voinței și anume:

Ce este? (What?) sau ce anume trebuie să decidem;

Când? (When?) altfel spus, când trebuie luată decizia respectivă;

Dacă? (Whether?) cu alte cuvinte, cum acționăm la tipul deciziei: dacă trebuie să mergem la stânga sau la dreapta. Aceste componente ale procesului volițional sunt legate de părți distincte ale cortexului prefrontal medial [104, 132].

C. Рубинштейн identifică în structura voinței mai multe etape. Etapa primară este motivația directă pentru acțiune, în care are loc stabilirea scopului. Urmează lupta cu motivele, etapă ce nu este prezentă în toate acțiunile individului. Anume în această etapă, după cum precizează C. Рубинштейн, individul evaluează subiectiv posibilele pierderi ce pot interveni și care pot fi urmate de diferite modalități de acțiune. A treia etapă reprezintă punctul de cotitură și este decizia finală, fiind urmată de executare.

Conform cercetărilor Н. Высочина, А. Воробьева, М. Василенко, Ф. Высочин actul voluntar poate fi simplu sau complex. Ambele duc la executarea unei acțiuni. Actul de voință simplu induce și motivează la acțiune. Dar actul de voință complex are unele etape și o structură, pe care o prezentăm în figura de mai jos [194].

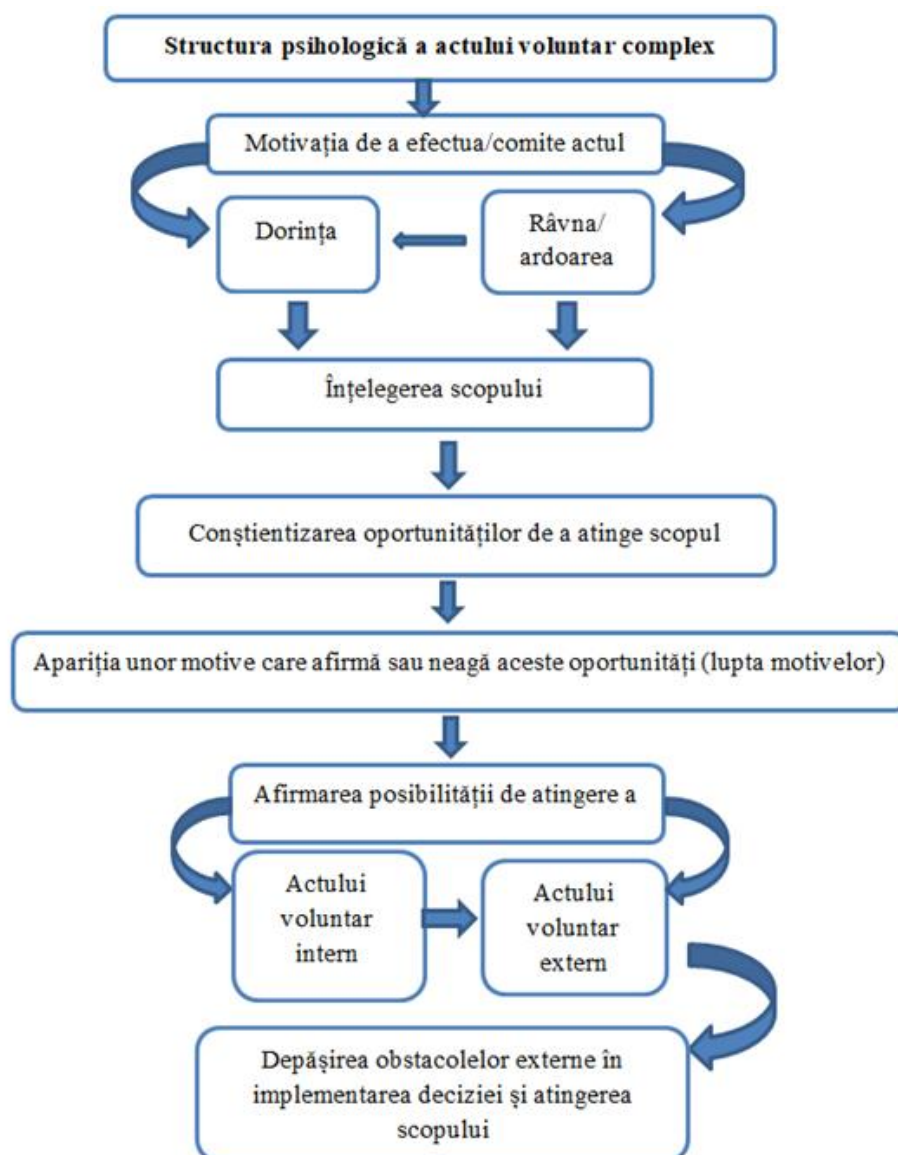


Fig. 1.1. Structura voinței după Н. Высочина, А. Воробьева, М. Василенко, Ф. Высочин

Н. Высочина, А. Воробьева, М. Василенко și Ф. Высочин evidențiază următoarea structură a voinței: conștientizarea consecințelor sau oportunităților, conștientizarea motivelor (intențiilor), luarea deciziilor, apariția intenției de a le implementa și elaborarea unui plan de implementare [194].

Autorii consideră că actul voluntar este unul de sinteză, foarte complex, în care este antrenată întreaga personalitate. Deciziile cuiva sunt determinate de propriile principii morale, convingeri, deprinderi, sentimente și valori. Totul este conectat cu predispozițiile genetice, istoricul familial și relațiile sociale [194].

După P. Popescu-Neveanu, voința este concepută din: procedura de deliberare, urmată de un scop și elaborarea conștientă a unui plan, organizare a forțelor proprii prin stăpânirea unora și mobilizarea și angajarea convergent finalităților a altora [64]. P. Popescu-Neveanu menționează că trăsăturile psihologice distincte ale voinței sunt scopul propus conștient, efortul specific și comportamentul de biruire al obstacolelor [64].

P. Mureșan conturează patru etape ale proceselor sau activității voluntare:

Definitivarea intenției. În această etapă are loc conștientizarea intenției și se produce sub presiunea integrării persoanei în tensiunea intenției. K. Lewin apreciază intenția și scopul ca un câmp de forțe, în care există un anumit nivel de tensiune. Etapa definitivării este influențată de concretizarea motivației acțiunii.

Lupta motivelor. Motivele au valori inegale sau egale pentru fiecare persoană, într-un anumit moment. De regulă, lupta este între motivul preferat de persoană și motivele antrenate în obligații și responsabilități sociale. Această etapă este puternic impregnată de procese afective și constă în examinarea și deliberarea mentală a semnificației obiectivelor, motivelor și eventual a consecințelor acțiunilor alese.

Luarea deciziei și elaborarea planului activității reprezintă cea de-a treia etapă a activității. Procesul voluntar se încheie cu luarea hotărârii. Potrivit lui А. Леонтьев etapa realizării implică acțiuni, operații, acte și mișcări.

Toate etapele expuse și descrise pot fi influențate de condiții obiective, subiective și combinate [apud 81].

Structura actului voluntar este conceptualizată după M. Zlate în felul următor:

Conceperea situației ce presupune stabilirea obiectivului ce urmează a fi realizat.

Deliberarea cuprinde examenul soluțiilor disponibile, inventarierea argumentelor pro și contra în funcție de sistemul de valori de care ele dispun, ezitățile și pendulările între diversele alternative.

Decizia este reținerea unei singure variante acționale din cele disponibile.

Execuția reprezintă traducerea în fapt a actului respectiv și realizarea obiectivelor propuse [90, 91].

Din toate etapele actului volitiv în accepțiunea lui M. Zlate cea mai semnificativă este execuția, deoarece aceasta reprezintă indicele de validitate al proiectului stabilit [90, 91].

În aceeași ordine de idei este și modelul componentelor actului volitiv prezentat și expus de A. Cosmovici. După A. Cosmovici etapele actului volitiv sunt:

Apariția conflictului. K. Lewin pune în lumină existența a trei tipuri de conflicte, iar uneori chiar și mai multe. E nevoie de o reflectare mai deosebită când toate conflictele au aceeași pondere.

Deliberarea nu este altceva decât analiza fiecărei alternative: „Ce se întâmplă dacă?”. Deliberarea poate implica și alcătuirea unui plan pentru eliminarea sau diminuarea riscurilor optării pentru o alternativă.

Decizia se asociază anume cu voința, alegerea uneia dintre alternative. Există personalitate ezitantă, care face distincția dintre omul practic și cel teoretic. Poate fi vorba și despre o caracteristică temperamentală.

Executarea deciziei cuprinde punerea în acțiune, mobilizarea și depășirea tuturor dificultăților ce stau în calea realizării deciziei [5].

M. Zlate, T. Crețu, N. Mitrofan și M. Aniței cercetând voința, evidențiază că aceasta este constituită din: articularea motivațională; prefigurarea intenției sau impulsul; analiza și lupta motivelor; luarea hotărârii; îndeplinirea planului sau faza execuției; faza de evaluare și de verificare a rezultatelor [90].

O componentă importantă în structura voinței este procesul de luare a deciziei. Potrivit lui H. Liljenström luarea deciziilor poate să fie clasificată în trei etape: 1) alternative dominate de stările interne și externe sunt evaluate și prioritizate emoțional, 2) o evaluare cognitivă a opțiunilor și selectarea acțiunilor, în funcție de nevoi și 3) executarea unei acțiuni și evaluarea efectului rezultat, care permite o comparație între valoarea reală și cea așteptată. Pe baza „predicției erorii”, valorile atribuite alegerilor din primul pas sunt revizuite și învățate, rezultând posibil o schimbare de opțiuni. Este evident că procesul luării deciziilor poate să nu fie la fel de rațional așa cum s-a crezut adesea [125, 151]. Conform ideilor expuse de H. Liljenström luarea deciziilor este rezultatul unei interacțiuni între sistemul intuitiv-emoțional și sistemul rațional-cognitiv. Acest model de proces dual presupune integrarea a unui sistem „de jos în sus”, intuitiv, rapid, implicit, emoțional și a unui sistem „de sus în jos”, deliberativ, lent, explicit – sistemul cognitiv. Mai jos este un rezumat al pașilor principali ai luării deciziilor conform teoriei actuale. Amigdală, ca parte a sistemului limbic, a fost dintotdeauna asociată cu procesarea emoțională,

legată de procesarea senzorială și învățare, unind răspunsul emoțional provocat de stimuli și valoarea sa emoțională. Funcționalitatea amigdalei se realizează prin conexiunea sa cu cortexul orbito-frontal, care primește legăturile neuronale extinse de la diferite modalități senzoriale. În a doua fază, stimulii evaluați emoțional în traseul amigdală – cortexul orbito-frontal sunt monitorizați cognitiv și astfel ar putea fi luată o decizie finală. Cortexul prefrontal lateral este considerat a fi principalul responsabil pentru evaluarea cognitivă a stimulilor, spre deosebire de cortexul orbito-frontal, care urmărește recompense pe termen scurt. Cortexul prefrontal apreciază în primul rând recompensele viitoare. Cortexul prefrontal lateral contribuie la predicția valorilor opționale cognitive așteptate. Valoarea rezultată a evaluărilor emoționale și cognitive ghidează acțiunea de selecție. Așadar, H. Liljenström menționează că dacă deciziile trebuie luate rapid, atunci domină procesele și aspectele emoționale, în timp ce procesele raționale consumă mai mult timp și pot duce la o decizie întârziată [125, 151].

Criticile aduse ierarhizărilor evidențiate mai sus subliniază că nu toate etapele actului voluntar necesită prezența voinței. W. James, consideră că voința apare în elaborarea deciziei, iar în celelalte trei faze își fac apariția alte fenomene psihice, precum rațiunea și inteligența. Deși doar decizia implică prezența evidentă a voinței, celelalte trei faze par a fi condiții necesare ale actului voluntar și merită a fi păstrate [apud 151].

B. Zimmerman și P. Pintrich, propun două modele ale învățării autoreglate, care reflectă în esență structura voinței în procesul de învățare, pe care le vom prezenta mai jos.

B. Zimmerman descrie următoarele etape ale activității voluntare în cazul învățării autoreglate:

Planificarea. După B. Zimmerman această etapă conține trei componente diferite precum analiza sarcinii, automotivarea și componenta strategică. În conformitate cu acestea se vor proiecta scopurile sau planurile de realizare ale acestora. Automotivarea cuprinde capacitatea de a anticipa rezultatele posibile și capacitatea de percepere a autoeficacității personale. B. Zimmerman evidențiază în componența automotivării următoarele subproces: formulare de scopuri, semnificația sarcinii, așteptările de reușită și controlul emoțiilor. Componenta strategică este compusă din: totalitatea strategiilor cognitive, controlul metacogniției și gestionarea resurselor [208].

Monitorizarea performanței. B. Zimmerman afirmă că această fază conține procedeele camuflate de autocontrol și cele transparente de autocontrol. Printre procedeele camuflate, le regăsim pe cele de control cognitiv, atențional, emoțional, motivațional, al encodării și al procesării; procedeele transparente de autocontrol includ: procedee de control al mediului fizic și procedee de control al mediului social [208].

O ultimă dimensiune este cugetarea asupra performanței. Cugetarea asupra performanței se referă la judecățile legate de propria persoană (autoevaluări și atribuirii) [208].

Apropiat de modelul propus de B. Zimmerman este și modelul lui P. Pintrich. După P. Pintrich modelul învățării autoreglate conține următoarele faze ale actului voluntar: (planificarea și fixarea scopurilor, automonitorizarea, controlul și evaluarea) care sunt structurate pe câte patru dimensiuni (cognitivă, motivațională, comportamentală și contextuală) [168].

Din cele prezentate constatăm că autorii prezintă o structură și etape diverse pentru actul volitiv. Vom evidenția în structura actului voluntar următoarele etape: definitivarea motivației și formularea unui scop / obiectiv, conceperea planului / proiectului, deliberarea, alegerea deciziei, efectuarea acțiunilor în vederea atingerii planului / proiectului și evaluarea rezultatelor obținute.

1.3. Caracteristicile calităților volitive

Voința ca modalitate superioară de organizare funcțională a personalității umane se impune prin câteva calități. J. Kuhl, A. Пуни, E. Ильин, B. Калинин, P. Popescu-Neveanu, L. Iacob, S. Boncu, T. Crețu, M. Zlate ș. a. consideră că manifestarea voinței se reflectă în diverse calități [17, 55, 64, 65, 90, 123, 147, 183, 184, 211, 212, 217]. În cele ce urmează vom evidenția și descrie cele mai importante calități volitive.

După J. Kuhl, competențele volitive sunt grupate în două elemente de bază sau moduri de voință: autoreglare și autocontrol. J. Kuhl conceptualizează autocontrolul ca mod de autodisciplinare a voinței. Subsisteme precum motivația sau emoția, care sunt în contradicție cu intenția activă, sunt inhibitate [147].

Autocontrolul cuprinde amintirea obiectivelor, prevenirea uitării, abilitățile de planificare, controlul impulsurilor și controlul inițierii. Autoreglarea este conceptualizată ca mod de auto-integrare a voinței. Autoreglarea cuprinde focalizarea atențională, auto-motivația, reglarea emoțiilor, auto-activarea, auto-relaxarea, reglarea deciziilor și gestionarea eșecului [123].

A. Пуни, făcând referire la calitățile voinței le distribuie în diade astfel: curajul și capacitatea de a lua decizii, perseverența și fermitatea, independența și inițiativa, anduranța și autocontrolul. Această clasificare ne vorbește despre faptul că aceste manifestări ale voinței nu funcționează separat, ci sunt într-o relație reciprocă. Autorul mai precizează că aceste calități funcționează ca un sistem integral ce are o structură diferită de la o persoană la alta [211, 217]. Contopirea calităților volitive trebuie privită ca un sistem flexibil și dinamic [211, 217].

E. Ильин evidențiază că există calități volitive simple și morale, cât și calități volitive complexe. E. Ильин împarte calitățile simple în două grupe:

1) cele legate de intenție și durata de menținere a efortului volitiv (răbdare, încăpățănare, perseverență);

2) cele care caracterizează autocontrolul (curaj, rezistență, determinare).

Se presupune că, comportamentul volitiv real al persoanei este determinat de calități morale și volitive complexe. Acestea potrivit lui E. Ильин includ independența și inițiativa, disciplina și organizarea, conștiința, eroismul și curajul, integritatea și dăruirea [211].

B. Калинин identifică două niveluri de calități volitive: bazale (primare) și sistemice (secundare). Calitățile volitive de bază includ energia, răbdarea, rezistența și curajul. Asemenea calități volitive ale sistemului, cum ar fi persistența, disciplina, independența, intenția, conducerea și organizarea, includ manifestări atât ale aspectelor voliționale, cât și ale altor aspecte ale psihicului [212].

И. Шелехов, Г. Белозерова și E. Берестнева susțin că voința se manifestă în calitățile personalității, în principal prin reacții comportamentale. Aceste calități volitive ale personalității sunt împărțite în trei grupuri cu un anumit grad de condiționalitate. Calitățile volitive propuse de И. Шелехов, Г. Белозерова și E. Берестнева sunt expuse în tabelul 1.1.

Tabelul 1.1. Clasificarea calităților volitive după И. Шелехов, Г. Белозерова și E. Берестнева

Grup de calități volitive	Calități volitive	
Volitive propriu-zise	Condiționat pozitive	Condiționat negative
	Ambiția	Pasivitatea
	Determinarea	Indecizia
	Insistența	Slăbiciunea
	Persistența	Încăpățănarea/tenacitatea
	Stăpânirea de sine	Mânia (temper)
	Cumpătarea	Entuziasmul
	Auto-controlul	Impulsivitatea
Emoțional-volitive	Răbdarea	Impetuositatea
	Curajul	Lașitatea
	Vitejia	Frica/timiditatea
	Calmul	Nervozitatea
Moral-volitive	Responsabilitatea	Iresponsabilitatea
	Angajamentul	Lipsa de încredere
	Acuratețea	Neglijența
	Energia	Inerția

	Inițiativa	Lipsa de inițiativă
	Independența	Nepuțința (neajutorarea)
	Disciplina	Nepăsarea

În tabelul de mai sus, calitățile sunt date sub formă de perechi duale, care permit diferențierea formelor de comportament atât dezirabile din punct de vedere social, cât și cele mai puțin dezirabile social. И. Шелехов, Г. Белозерова și Е. Берестнева subliniază faptul că, calitățile volitive ale personalității sunt deosebit de evidente în situații dificile precum: criză psihologică, efectele combinate ale factorilor de stres endogeni și exogeni, activitatea monotona, depășirea obstacolelor, acțiuni în stare de incertitudine și pericol [184].

Analizând aceste trăsături dispuse în opoziție, apare întrebarea care sunt beneficiile atunci când o persoană are o anumită calitate foarte accentuată. A. Grant și B. Schwartz susțin că doza potrivită se află între cele două limite [17].

Totodată în studiile efectuate de P. Popescu-Neveanu evidențiem următoarele calități ale voinței: puterea voinței, independența, perseverența și promptitudinea luării hotărârii [64, 65].

Puterea sau forța voinței este un efort puternic depus pentru depășirea obstacolelor și dificultăților. Aceasta depinde de importanța scopului lansat de către individ. Contrar puterii voinței este slăbiciunea voinței sau inabilitatea individului de a înfăptui efortul voluntar pe care îl solicită o anumită activitate [64].

După P. Popescu-Neveanu, perseverența prevede canalizarea efortului voluntar pentru o perioadă mai extinsă de timp, chiar în circumstanțe neprielnice și ostile de evoluție a activității. Opusul perseverenței după P. Popescu-Neveanu este încăpățânarea. Încăpățânarea reprezintă acțiunea de urmărire a unui scop în lipsa șanselor de atingere a acestuia [64].

Încă o calitate importantă a voinței deosebită de P. Popescu-Neveanu este și independența voinței. Independența este năzuința și aspirația unui individ de a lua decizii sprijinindu-se pe propriile trebuințe, interese, aspirații, judecăți și raționamente și a-și asuma responsabilități. La polul opus negativ al independenței voinței se află sugestibilitatea. Sugestibilitatea este asimilarea necritică a influențelor exterioare și reducerea propriilor responsabilități [64].

Promptitudinea reprezintă agilitatea de care dă dovadă individul în situații și circumstanțe complicate și urgente și alegerea și implementarea celei mai potrivite soluții. Alături de promptitudine P. Popescu-Neveanu pune în lumină nehotărârea, indecizia, tergiversarea. Această calitate se exprimă prin fluctuații de lungă durată nemotivate ale individului între mai multe motive, scopuri și mijloace [64].

L. Iacob, S. Boncu, T. Crețu, M. Zlate evidențiază principalele calități ale voinței: perseverența, fermitatea și tăria voinței, independența și inițiativa, autocontrolul, promptitudinea

deciziei. În cele ce urmează, vom prezenta o caracterizare a principalelor însușiri volitive ale personalității, așa cum sunt descrise în literatura de specialitate [55, 90].

M. Aniței, T. Crețu prezintă perseverența ca o calitate volitivă a personalității, care se manifestă prin capacitatea de dirijare și control a comportamentului în concordanță cu scopul propus. Individul care posedă această calitate volitivă este dispus să nu abandoneze sarcinile în fața obstacolelor, insucceselor și a lipsei de încredere. M. Zlate afirmă că persoana perseverentă își organizează comportamentul, apreciază corect resursele spațio-temporale și individuale pentru realizarea scopului [91]. Dimpotrivă, persoanele care au această trăsătură mai slab dezvoltată nu sunt dispuse să își risipească forțele atunci când se ciocnesc de greutăți și preferă să renunțe, lăsând deciziile neîmplinite.

D. Sălăvăstru, O. Lungu și Ș. Boncu consemnează că fermitatea este o calitate volitivă a personalității, ce se caracterizează prin alegerea eficientă a scopului, precum și prin determinarea acțiunilor necesare pentru atingerea lui [55]. În accepțiunea autoarei, D. Sălăvăstru, persoana fermă reflectă asupra multitudinii de consecințe și realizează importanța deciziei luate. Uneori poate avea momente de luptă a motivelor, însă este capabilă să elimine ezitățile ce pot apărea și să recurgă la un mijloc adecvat de realizarea a scopului. L. Iacob punctează că persoanele cu un nivel mai scăzut al fermității reflectă asupra modului în care ar trebui să procedeze, ezită să ia decizia necesară și sunt înspăimântate de consecințele ce pot să apară [55].

Încă o calitate a voinței este și autocontrolul. După M. Zlate și T. Crețu autocontrolul înseamnă capacitatea de inhibiție a unor comportamente, pulsioni, reacții, emoții și exprimări verbale. Persoanele ce au această calitate se manifestă prin capacitatea de stăpânire, în special în fața tentațiilor și a situațiilor în care sănătatea sau viața sunt amenințate [90]. D. Sălăvăstru și L. Iacob consideră că autocontrolul este binevenit în situațiile de bullying, de conflicte și se deosebește printr-un răspuns calm la provocările ce pot să intervină în timp [55]. Autoarele susțin că indivizii cu un nivel ridicat de autocontrol nu dau curs emoțiilor și reacțiilor nepotrivite și renunță la activitățile ce pun viața în pericol [55].

O altă caracteristică a voinței este și independența. T. Crețu consideră că independența se manifestă prin inițiativă în elaborarea scopului, a modalităților de realizare și în stabilirea deciziilor [90]. Particular pentru persoanele independente este că își apără punctul de vedere și nu așteaptă să primească sugestii de la alții. Totuși, iau în considerare sfaturile și propunerile primite, însă reflectă asupra valorii lor [90]. Sugestibilitatea ar fi calitatea opusă independenței, iar o persoană sugestibilă se caracterizează prin activism, în situațiile de subordonare, când primesc sfaturi și indicații. Propriile decizii sunt puse la îndoială, iar faptele celorlalți sunt considerate juste. F. Ruppert explică cum se formează calitatea de independență și autonomie la

copii. Psihologul sugerează, referindu-se la copiii mici, că aceștia au nevoie de părinți pentru a le satisface nevoile simbiotice (de conexiune). De asemenea, după F. Ruppert copiii au nevoie de părinți încurajatori, care să îi stimuleze să gândească, să simtă și să acționeze independent. În cazul în care nevoile simbiotice nu sunt satisfăcute, destinul copiilor poate fi marcat de o frustrare permanentă. Aceștia pot dezvolta o relație de dependență de părinți, ori se vor simți vinovați atunci când vor dori să se desprindă de părinții lor. În orice caz, autorul subliniază că motivul pentru care părinții nu au reușit să satisfacă nevoile simbiotice ale copilului este legat de propriile lor experiențe traumatice [74].

Calitățile voinței expuse și descrise sunt importante în orice tip de activitate umană. O activitate particulară este cea sportivă. Studiile din domeniul psihologiei ilustrează cum dimensiunile voinței condiționează performanța în sport. În continuare vom prezenta câteva cercetări relevante în acest sens.

H. Стамбулова notează că îndrăzneala, perseverența, încrederea în sine, intenția, hotărârea, responsabilitatea, disciplina, răbdarea, autocontrolul, autoreglarea etc. sunt calitățile volitive necesare pentru reprezentanții tuturor tipurilor de sport, conform unui studiu cuprinzător al problemei antrenamentului voinței puternice în sistemul de sprijin psihologic al sportivilor. În ciuda semnificației tuturor acestor caracteristici, majoritatea experților sunt de acord că unele dintre ele au un efect mai evident asupra activității competitive a sportivilor, în funcție de sport [218].

Studiul realizat de A. Ловягина menit să exploreze stilurile de autocontrol și domeniile volitive (sau calitățile volitive și tipul de control volitiv) ale sportivilor cu calificare diferită, a arătat că stilurile de autocontrol, calitățile volitive și tipurile de control volitiv sunt în anumite corelații. Sportivii de rang înalt posedă o mai mare precizie în evaluarea performanței și a rezultatelor lor, sunt avansați în ceea ce privește intenția, rezistența și abilitățile de autocontrol, dețin un nivel mai înalt de inițiativă și mai multă încredere în sine [215].

B. Иванников și E. Эйдман au realizat o cercetare în care au folosit o metodă de autoevaluare pentru a obține date privind manifestarea calităților volitive în rândul a 50 de studenți, 42 de savanți/cercetători, 26 de ingineri / tehnicieni, 43 de lucrători în comerț, 49 de sportivi și 36 de elevi de clasa a IX-a. La sportivi, nivelul de autoevaluare a fost semnificativ mai mare decât în toate celelalte grupuri; la ingineri / tehnicieni, a fost semnificativ mai mic. În datele generale ale grupului, s-au evidențiat trei factori statistic semnificativi: (1) responsabil, independent, energic, de afaceri, disciplinat, inițiator, punctual, intenționat, curajos și principial; (2) stăpân pe sine, răbdător, calm, intenționat, rezistent din punct de vedere fizic, încăpățânat, sănătos și fericit; și (3) hotărât, voinic, curajos, talentat, persistent. Așadar, studiile realizate în

domeniul psihologiei sportului indică existența de corelații puternice între succesul atleților și determinarea, autocontrolul, autonomia și persistența acestora [142].

În concluzie vom menționa că există multiple modalități de abordare și prezentare a calităților volitive. Calitățile volitive sunt conceptualizate fie în diade, având relații reciproce între ele, fie în mod singular, particular. Alături de modalitățile de prezentare a calităților volitive, în rândul acestora identificăm: calități volitive simple, morale și complexe, calități volitive bazale și sistemice / secundare, calități volitive propriu-zise, emoțional-volitive și moral-volitive. Cele mai importante calități volitive sunt: puterea sau forța voinței, curajul, independența, inițiativa, perseverența fermitatea, promptitudinea luării deciziei, anduranța și autocontrolul. În demersul nostru experimental vom studia capacitatea de a atinge scopuri, curajul și capacitatea de a lua decizii, perseverența și fermitatea, independența și inițiativa, anduranța și autocontrolul.

1.4. Tulburări și patologii ale voinței

Studiul literaturii de psihologie cu referire la fenomenul voinței evidențiază și anumite dezorganizări și deficiențe în manifestarea acesteia [34, 73, 81, 91, 92, 93, 111, 130, 131, 136, 163, 181, 219]. În cele ce urmează vom relata și caracteriza cele mai frecvente tulburări și patologii ale voinței.

Conform lui P. Foulquié voința sănătoasă este determinată de echilibrul dintre inhibiție și excitație. Însă deseori observăm un dezechilibru al resurselor, care constă în exagerare sau deficiența acestora [91]. Principalele deficiențe ale voinței, așa cum au fost prezentate de P. Foulquié sunt:

Deficiențe rezultate din excesul de inhibiție - caracteristic persoanelor cu un comportament rigid, persoanelor timorate sau persoanelor capricioase, care renunță la pozițiile adoptate anterior în favoarea unor poziții opuse [91].

Deficiențe rezultate din deficitul de inhibiție - caracteristic persoanelor ce iau decizii în pripă, deosebit de instabile, care acționează imprevizibil și nu analizează suficient de bine consecințele acestora [91].

Deficiențe rezultate din excesul de impulsivitate - caracteristic persoanelor cu o excitație puternică și viteză de acțiune. P. Foulquié susține că impulsivitatea poate fi de mai multe feluri: reactivă, manifestată prin comportament imediat nestăpânit și cea explozivă, atunci când reacția este întârziată, iar comportamentul explodează după o perioadă de inhibiție.

Deficiențe rezultate din lipsa de impulsivitate - care sunt manifestate printr-o slabă putere de decizie [91].

Th. Ribot identifică trei categorii de tulburări ale voinței: ideile fixe sau obsesiile, impulsunile și abulia. Th. Ribot consideră că abulia constă în manifestarea încetinită a voinței, care apare în momentul trecerii de la idee la acțiune [73]. P. Janet studiind abulia vorbește despre mai multe tipuri de abulie. Astfel autorul face distincție între:

Abulia motorie, care include inhibiția trecerii la realizarea unor acțiuni.

Abulia intelectuală, ce se exprimă prin diminuarea atenției voluntare de a se putea concentra pe o anumită activitate intelectuală; această formă este recunoscută de către individ.

Abulia constituțională se întâlnește la anumiți indivizi considerați „slabi”, „inerti” sau „leneși” incapabili de a putea depune efort în adaptarea socială. Acest tip de abulie caracterizează personalități ezitante cu tendințe proeminente de îndoială și incertitudine.

Abuliile sistematizate sunt compuse din incapacitatea îndeplinirii voluntare a anumitor acțiuni specifice ce sunt condiționate de inhibiții obsesive sau fobice [219].

La abulie se referă și P. Mureșan. Autorul plasează abulia în rândul tulburărilor predominant calitative a voinței și definește abulia ca o insuficiență volițională, însoțită sau chiar determinată de anumite pulsiiuni sau acte paralele, parazite [81].

S. Forstmeier și H. Ruddel sunt de părere că prezența competenței volitive promovează recuperarea după stres și se corelează cu atitudini pozitive (de exemplu, încredere în sine, optimism) și cu mai puține raportări de anxietate și depresie. Deficiențele de competență volitivă sunt asociate cu diverse tulburări psihiatrice [34, 111, 130, 131, 136, 163, 181] și potrivit autorilor E. Asselman, K. Hilbert și K. Hoyer sunt probabil un factor de vulnerabilitate pentru tulburările de anxietate [93], iar G. Ainslie, J. Nitschke și K. Mackiewicz evidențiază că acestea ar putea determina depresia [92, 163].

E. Asselmann și colegii săi arată că reducerile controlului volitiv auto-raportat sunt asociate cu mai multe tipuri de psihopatologie, în special tulburări psihice actuale, dar și trecute – în rândul adolescenților și tinerilor adulți din comunitate [93]. Mai precis, descoperirile realizate de E. Asselmann indică modificări pe scară largă ale controlului volitiv auto-raportat (autoreglare auto-raportată, auto-inhibare și inhibiție volitivă) în rândul persoanelor cu anxietate și tulburări afective (în special fobie socială și specifică, precum și depresie) și modificări mai specifice (inhibarea volitivă auto-raportată crescută) în rândul persoanelor cu tulburări de consum de substanțe [93]. Descoperirile echipei de cercetare conduse de E. Asselmann sugerează, în plus, că o auto-inhibare auto-raportată mai mare crește riscul de panică și fobie socială, în timp ce o inhibare volitivă mai mare auto-raportată crește riscul de consum de substanțe. Rezultatele sugerează că modificările controlului volitiv în tulburările mintale sunt

nuanțate și ar putea constitui cel puțin parțial factori specifici antecedenti de vulnerabilitate ale tulburării [93].

G. Ainslie prezintă diferite cadre conceptuale despre componentele centrale ale voinței precum: identificarea agenției (agenția poate fi definită prin capacitatea indivizilor de a acționa independent și de a face propriile alegeri libere), luarea deciziilor și urmărirea obiectivelor. De asemenea, se examinează modul în care deficiențele în aceste componente ale voinței și alte aspecte ale voinței se manifestă în schizofrenie, depresie, afectarea lobului prefrontal și abuzul de substanțe [34, 92]. B. Libet, A. Freeman, K. Sutherland menționează că deteriorarea controlului volitiv este asociată cu o neuropatologie specifică [149].

În concepția lui T. Metzinger, voința necesită ca un individ să se concentreze și să aloce în mod adecvat atenția și resursele pentru inițierea și implementarea unui plan de acțiune definit. Execuția efectivă a acțiunii este privită ca fiind dincolo de sfera voinței [156]. T. Metzinger, afirmă că există două componente esențiale implicate în voință: dorința de a acționa și formarea și punerea în aplicare a unui plan de acțiune. Fără formarea și punerea în aplicare a unui plan de acțiune fezabil, este puțin probabil ca o persoană să execute o acțiune. După P. Hertel, acest lucru este în special relevant pentru depresie, deoarece multe persoane care suferă de depresie au adesea dorința de a acționa, dar nu au capacitatea de a pune în aplicare un plan de acțiune [137].

Tulburările depresive au fost legate de elaborarea extinsă a stimulilor negativi și a deficitelor pentru a se degaja de emoțiile, gândurile sau materialele negative. Depresia a mai fost asociată cu dificultăți de manifestare a controlului volitiv crescut în timpul sarcinilor dificile și cu un impact mai scăzut al stimulentelelor asupra îmbunătățirii performanței sarcinii [apud 163].

Cercetările în neuroștiința cognitivă întreprinse de J. Nitschke și K. Mackiewicz, au descoperit substraturile neuronale ale unora dintre caracteristicile cheie ale voinței, care ne îndreaptă atenția către două teritorii ale creierului în special – cortexul prefrontal dorsolateral și cortexul cingular anterior. Neuroimagistica și alte investigații neuropsihologice ale depresiei au raportat în mod repetat anomalii în aceste două regiuni corticale [163].

Tulburările voinței sau patologia voinței pot fi cauzate de leziuni și disfuncții la nivelul creierului. Acțiunile voliționale umane sunt precedate de procese pregătitoare, un proces mintal critic de control cognitiv pentru comportamentul viitor. Pregătirea acțiunii voliționale este reglată de circuite neuronale la scară largă, inclusiv cortexul cerebral și ganglionii bazali. Deoarece pregătirea acțiunii voliționale este un proces ascuns, dinamica rețelei unor astfel de circuite neuronale a fost examinată prin neuroimagini și înregistrarea capacităților legate de evenimente. Echipa de cercetare formată din M. Watanabe și colegii săi a examinat dacă astfel de procese ascunse pot fi măsurate prin răspunsurile deschise ale sacadelor (o mișcare rapidă a

ochiului între punctele de fixare) și microsacadelor. Aceste rezultate sugerează că sacadele fixative prezic rezultatul acțiunilor voliționale viitoare și pot fi utilizate ca un potențial biomarker pentru a detecta persoanele cu dificultăți în pregătirea acțiunii volitive [197].

P. Liddle și D. Morris menționează că aproape toți pacienții cu leziuni focale ale lobului frontal au un nivel relativ mai bun al comportamentului de voință ca acțiune, decât cel de voință ca planificare. Este de negat faptul că demențele fronto-temporale avansate pot duce la sindroame anergice, apatice și amotivaționale care reduc dramatic nu numai autonomia, ci și comportamentul volitiv în majoritatea domeniilor și condițiilor. Comportamentul voință ca planificare este deosebit de afectat după leziunile focale ale lobului frontal [150].

A. Raine raportează o reducere cu 11% a volumului substanței cenușii corticale prefrontale și o activitate autonomă redusă la 21 de persoane cu tulburare antisocială de personalitate, comparativ cu eșantionul de control. Anorexia nervoasă este o tulburare în care voința devine o problemă centrală în tratament. Într-un mod similar, tratamentele psihologice ale abuzului de alcool, jocurilor de noroc sau tulburării de personalitate borderline includ toate o încercare de a spori autoreglarea. Având în vedere progresele înregistrate acum în neuroștiințe și în domeniul geneticii comportamentale, este cu atât mai important ca psihiatria clinică să fie bine informată despre determinanții biologici ai voinței [136].

În concluzie pentru cele relatate vom consemna că există următoarele deficiențe ale voinței: deficiențe rezultate din excesul de inhibiție, deficiențe rezultate din deficitul de inhibiție, deficiențe rezultate din excesul de impulsivitate și deficiențe rezultate din lipsa de impulsivitate. În tulburările voinței au fost încadrate: ideile fixe sau obsesiile, impulsivitatea și abulia (abulie motorie, intelectuală, constituțională și abulii sistematizate). Totodată vom sublinia și faptul că în anumite tulburări cum ar fi cele de anxietate sau depresive întâlnim dezorganizări și dificultăți ale voinței.

1.5. Particularitățile dezvoltării sferei volitive la preadolescenți

O etapă semnificativă în dezvoltarea voinței și cristalizarea calităților volitive este preadolescența. T. Crețu, D. Papalia, E. Verza, U. Șchiopu, accentuează că în preadolescență probarea capacităților voliționale este importantă pentru dezvoltarea preadolescentului, pentru dobândirea de noi experiențe, pentru reușitele în rezolvarea de probleme, pentru formarea de abilități de decizie și implicare în toate activitățile pe care copilul le traversează: învățare, creație, muncă. Voința este cea care asigură un anumit nivel al reușitei și mobilizării pentru noi acțiuni [59, 82, 87].

Preadolescența este una din cele mai importante etape în dezvoltarea și formarea individului și este considerată a fi o treaptă intermediară în calea transformării și maturizării copilului către viața adultă [57, 67].

U. Șchiopu, E. Verza și F. Verza prezintă preadolescența ca un substadiu al adolescenței (între 10/11 ani și 14/15 ani), urmată de adolescența propriu-zisă (între 14/15 ani și 18/20 ani) și adolescența prelungită (între 18/20 și 25 de ani) [82, 86].

Conform E. Badea, I. Racu, Iu. Racu, T. Crețu și G. Sion vârsta preadolescentă este perioada dintre copilărie și maturitate, ce are un parcurs diferit pentru fiecare și dorința de a obține maturitatea [4, 11, 67, 79]. Această perioadă este considerată a fi cea mai dificilă etapă în ontogeneză. Preadolescența este caracterizată prin continuarea maturizării intense biologice, cognitive și psihologice, precum și prin sporirea autonomiei față de familie și față de școală [11, 61, 79].

Pe parcursul constituirii psihologiei dezvoltării, preadolescența a fost abordată și descrisă diferit în contextul teoriilor și abordărilor explicative ale dezvoltării [59, 61, 67].

După teoria etapizării a lui S. Freud preadolescența corespunde stadiului genital ce începe la 12/ 14 ani. Modificările hormonale stimulează reapariția libido-ului. Se intensifică interesul pentru plăcerea sexuală și toate pulsunile sexuale anterioare asociate cu regiuni specifice ale corpului se transformă într-un set integrat de atitudini și trăiri sexuale adulte [apud 67].

Potrivit lui J. Piaget, preadolescenții ajung la stadiul operațiilor formale care începe la 12 ani, în care copilul își dezvoltă capacitatea de a gândi abstract, fără a se bizui pe obiecte sau pe evenimente concrete și e capabil de raționament ipotetico-deductiv. Acest tip de raționament e posibil prin intermediul întrebărilor și al strategiilor de învățare ce implică manipularea flexibilă a informațiilor [63]. B. Pillow relatează că metacogniția este capacitatea care apare în preadolescență [167].

L. Kohlberg autorul modelului dezvoltării morale consideră că preadolescenții traversează stadiul moralității convenționale, ce se caracterizează prin nevoia de a menține relații reciproce, de a câștiga aprobarea altora, precum și prin grija și conștiința socială [apud 59, apud 67].

H. Wallon în teoria dezvoltării persoanei face referire și la vârsta preadolescentă. H. Wallon evidențiază „criza de originalitate juvenilă” ce se caracterizează printr-un comportament extravagant, exprimare arogantă și dezinvoltă, impunerea ostentativă a propriei voințe și dramatizarea situațiilor [apud 53, apud 76].

Conform teoriei lui E. Erikson, preadolescența începe cu o criză în dezvoltare marcată de confuzia de identitate, iar criza identitară neintegrată poate ajunge la confuzia de identitate sau pierderea identității [120].

Pentru T. Crețu, D. Papalia, E. Verza pubertatea este procesul de maturizare sexuală ce este declanșată de schimbările hormonale, conducând la fertilitate. De obicei, aceasta debutează mai devreme la fete (între 11 – 13 ani) decât la băieți (între 13 – 15 ani). Multitudinea schimbărilor organice influențează și dinamica afectivă, conștiința de sine și imaginea de sine a preadolescenților. T. Crețu, D. Papalia, S. Wendkos Olds, V. Sălăgean și E. Vladislav arată că transformările hormonale din perioada preadolescenței se corelează cu afectivitatea sporită și cu schimbările de dispoziție. La fete se intensifică emoțiile negative precum ostilitatea, suferința și unele simptome ale depresiei [11, 59, 76, 88].

D. Papalia, S. Wendkos Olds și R. Duskin Feldman vorbesc de problemele de somn la această etapă de vârstă, identificate în urma desfășurării mai multor studii, sunt cauzate de schimbările biologice. Melatonina, hormonul ce indică momentul în care creierul este pregătit de somn, este secretat la o oră mai târzie la preadolescenți. Această privare de somn poate cauza reducerea semnificativă a motivației, a voinței, a concentrării, a performanței și în același timp poate provoca stări de iritabilitate [59].

S. Blakemore, S. Burnett, R. Dahl, C. Sisk și D. Foster prezintă rezultatele descoperirilor din studiile de imagistică prin rezonanță magnetică structurale și funcționale care pun în lumină că hormonii pubertari interacționează cu modificările neuroanatomice și neurocognitive observate în timpul pubertății și că unele aspecte ale dezvoltării creierului în preadolescență ar putea fi mai strâns legate de modificările fizice și hormonale ale pubertății decât de vârsta cronologică [99, 186].

Alte studii de neuroimagistică înfăptuite de E. Shulman, P. Smith K. Silva, N. Duell și L. Steinberg arată că în această perioadă au loc schimbări considerabile ale structurilor cerebrale ce au implicații asupra emoțiilor, raționării, organizării comportamentului și autocontrolului. Creierul preadolescenților nu este complet dezvoltat. La nivelul creierului are loc producția intensă de materie cenușie, în special în zona lobilor frontali. De asemenea se produce mielinizarea lobilor frontali, ce duce la dezvoltarea procesării cognitive. Informațiile despre emoții sunt procesate la nivelul amigdalei, ceea ce face ca judecățile elaborate de către preadolescenți să fie mai puțin corecte și raționale. Conform cercetătorului american L. Steinberg, comportamentul de asumare al riscurilor provine din interferența a două rețele cerebrale: rețeaua socio-emoțională, care este sensibilă la stimulii de ordin socio-afectiv, cum ar fi influența semenilor și rețeaua controlului cognitiv, care are rol de reglare a reacțiilor la stimuli. Aceste două rețele nu se dezvoltă concomitent, prima rețea fiind mai activă la pubertate, pe când cea de-a doua se maturizează complet la sfârșitul adolescenței și începutul vârstei adulte [185, 187].

În plan cognitiv se produc schimbări în preadolescență. Trecerea la stadiul operațiilor formale și dezvoltarea nivelului general al gândirii influențează într-un mod deosebit funcționarea tuturor proceselor cognitive [63, apud 119].

T. Crețu menționează că memoria capătă un caracter mult mai activ și voluntar, iar memoria spontană ajunge la un apogeu. Imaginația preadolescentului devine mai bogată și este implicată în elaborarea idealului de viață [11].

D. Papalia și colegii evidențiază faptul că vocabularul preadolescenților se caracterizează printr-o creștere importantă și este influențat de gândirea formală [59].

Preadolescentul traversează o amplificare a structurii personalității. Manifestarea independenței contribuie la formarea unei personalități autonome, capabilă să înfrunte dificultățile și obstacolele vieții. G. Sion și T. Crețu relatează că motivația extrinsecă a preadolescenților se accentuează și că aceștia devin din ce în ce mai preocupați de dorința de a fi acceptați de grupurile de semeni [11, 79].

Potrivit U. Șchiopu și E. Vladislav, în această etapă, se dezvoltă conștiința de sine și cunoașterea de sine [82, 88]. În ceea ce privește dezvoltarea caracterului, după cum menționează T. Crețu, are loc o intensificare a acestuia în structura personalității, iar aspirațiile spre autonomie și independență modifică relațiile cu familia [11].

Voința se dezvoltă în preadolescență sub influența maturării conexiunilor neuronale dintre cortexul prefrontal și sistemul limbic al creierului. Anume conexiunile acestor neuroni joacă un rol substanțial în manifestarea voinței și în procesul de autoreglare, ceea ce permite o mai bună coordonare a emoției și a cunoașterii [33].

Preadolescența este marcată de trecerea la ciclul gimnazial și adaptarea la noile cerințe școlare ce se impun odată cu această schimbare, consideră T. Crețu. În aceste condiții, are loc dezvoltarea unui nou nivel al voinței, care se caracterizează prin capacitatea de a stabili scopuri, de a analiza și a selecta scopul cel mai potrivit [11]. Cercetătorii V. Reyna și F. Farley apreciază că momentul deliberării se distinge prin ierarhizarea motivelor în favoarea realizării unei acțiuni. Totuși, modul de a lua decizii este unul prompt în preadolescență, urmând ca abia mai târziu, în adolescență, să apară o reflectare mai profundă asupra modurilor de realizare a acțiunii și a consecințelor ce derivă din ea. Vorbind despre faza de executare a acțiunii propuse, preadolescentul deseori amână / întârzie realizarea ei [171].

T. Crețu punctează că are loc o creștere a capacității de monitorizare a realizării scopurilor. De exemplu, dacă trebuie să realizeze un proiect la o anumită disciplină, preadolescenții sunt în stare să muncească constant, o perioadă mai lungă de timp. În această perioadă apare așa-numita frână voluntară ce le permite preadolescenților să renunțe la unele

activități care îi distrag de la antrenarea în activitățile școlare sau extra-curriculare. Tot T. Crețu subliniază că inițiativa privind preocupările din timpul liber, la fel, este în creștere [11].

S. Lundberg și colegii au examinat factorii determinanți ai puterii de decizie a copiilor și a preadolescenților. Folosind rapoartele de evaluare privind luarea deciziilor și măsurile psihologice și cognitive, cercetătorii au examinat factorii determinanți ai luării deciziilor comune și individuale pe baza unor indici creați din șapte domenii ale activității copiilor și preadolescenților. S. Lundberg a constatat că luarea deciziilor în comun pare a fi o formă de investiție a părinților în dezvoltarea copiilor, mai degrabă decât o simplă etapă a transferului de autoritate. În plus, s-a evidențiat că preferințele și capacitățile copiilor afectează rezultatele autorității sale în luarea deciziilor. Autorii studiului recomandă să se țină cont de cererea copiilor în manifestarea autonomiei, precum și discreția părinților în determinarea acestor rezultate [152].

Cercetările realizate de R. Chambers, J. Taylor, M. Potenza, J. Hull și L. Slone privind luarea deciziilor au condus la ideea că, în ciuda percepției similare a riscului și a cunoștințelor explicite despre consecințele acestuia, deciziile preadolescenților depind de consecințele pe termen scurt, care ar putea provoca probleme de adaptare din cauza apariției unor consecințe negative întârziate. În această perioadă de dezvoltare, modelele anormale de consum de alcool (de exemplu, consumul excesiv de alcool) ar putea avea un impact dăunător asupra funcțiilor executive, crescând astfel riscul de dependență la preadolescenții care nu se pot abține. În plus, J. Hull și L. Slone punctează că, consumul intens de alcool în mod repetat ar putea spori semnificativ dependența de alcool, făcând astfel implicarea în consumul de alcool și mai dificil de controlat [107, 139].

E. Shulman și colegii săi sugerează că la preadolescenți capacitatea de autoreglare este mai dependentă de factorii contextuali, decât la adulți, cum ar fi – dificultatea sarcinii sau perspectiva recompensei și modul în care sunt prezentate recompensele. Capacitatea de autoreglare este încă slabă, iar maturizarea autoreglării poate fi cel mai bine compensată de consistența cu care indivizii demonstrează autocontrol în diferite circumstanțe contextuale [185].

E. Asselmann descrie influența controlului volitiv scăzut asociat cu anumite tulburări în vârsta preadolescentă. Autoarea scoate în evidență legătura dintre anxietate și tulburările afective cu modificările pe scară largă ale controlului volitiv (adică o autoreglare diminuată, auto-inhibare crescută și inhibiție volitivă), în timp ce tulburările legate de consumul de substanțe au fost asociate în mod particular cu inhibiția volitivă mărită [93].

Construcția autonomiei are o istorie bogată, deși destul de controversată la preadolescenți și adolescenți. Investigația coordonată de S. Van Petegem a avut ca scop clarificarea semnificației autonomiei și măsurarea autonomiei preadolescenților și adolescenților în familie.

S-au găsit dovezi clare pentru o structură bidimensională, prima dimensiune reflectând „voință versus presiune”, adică gradul în care preadolescenții și adolescenții experimentează un sentiment de voință și alegere, spre deosebire de sentimentele de presiune și constrângere în relația părinte-preadolescent. A doua dimensiune reflecta „distanță versus proximitate”, care implică gradul de distanță interpersonală în relația părinte-preadolescent. S. Van Petegem consemnează că voința se referă la o bunăstare mai mare, la un comportament mai puțin problematic și la un stil de atașament sigur, iar distanța a fost asociată în principal cu un comportament mai problematic și cu un stil de atașament evitant. Aceste asocieri nu au fost moderate de vârstă [193]. De aici, concluzionăm că, în formarea voinței la preadolescenți, un factor important îl constituie relația apropiată cu părinții și dezvoltarea unui atașament securizant între aceștia.

În concluzie vom sublinia că în preadolescență voința și calitățile volitive ating un nou nivel al dezvoltării și constituirii. Transformările în ceea ce privește structurile cerebrale contribuie la dezvoltarea intensă a voinței în preadolescență. În acest stadiu, preadolescentul se confruntă frecvent cu dificultăți, pentru că activitățile desfășurate sunt tot mai complexe, ceea ce presupune o mobilizare și orientare a propriilor capacități pentru depășirea obstacolelor. Tot în preadolescență se formează și abilitatea de evaluare a dificultăților și obstacolelor, abilitate importantă în vederea dozării efortului voluntar și deciderii și selectării modalităților de rezolvare a problemelor cu care se confruntă. Activitatea de învățare care presupune stabilirea scopurilor, urmărirea și modificarea lor, atunci când se constată că acestea sunt nepotrivite, echilibrarea efortului voluntar cu motivele activității, toate acestea favorizând dezvoltarea voinței. Dezvoltarea conștiinței de sine reprezintă componenta fundamentală care dimensionează personalitatea în preadolescență și influențează calitățile volitive. Calitățile volitive devin, spre sfârșitul stadiului, tot mai organizate și mai stabile; în mod special vom evidenția creșterea independenței, autonomiei și creșterea competențelor pentru luarea deciziilor în diferite situații.

1.6. Concluzii la capitolul 1

Demersul teoretic include o analiză detaliată și complexă a abordărilor teoretice ale voinței, structurii și etapelor actului volitiv, calităților volitive, tulburărilor și patologiilor voinței precum și a particularităților sferei volitive la preadolescenți și **reprezintă o contribuție proprie la completarea științei psihologice.**

Corespunzător cu cele relatate, putem conchide următoarele pentru acest capitol:

1. Voința este abordată în mod distinct în psihologie și acest fapt se datorează complexității acestui fenomen. Voința poate fi înțeleasă ca un proces psihic, aptitudine /

capacitate și trăsătură de personalitate. Multiple definiții ale voinței au câteva elemente esențiale comune: voința este inclusă în toate procesele psihice precum percepția, memoria, atenția, gândirea, imaginația, afectivitatea și motivația; voința întotdeauna semnifică efort, angajare și străduință organizate pentru atingerea anumitor scopuri / obiective; voința presupune înfrângerea tuturor dificultăților și obstacolelor atât interioare cât și exterioare; silința și efortul depus sunt în strânsă legătură cu obstacolele și barierele întâlnite pe parcursul atingerii scopului / obiectivelor. Vom trata voința ca o componentă importantă a personalității ce este implicată în desfășurarea tuturor proceselor psihice, acțiunilor și conduitelor pentru atingerea scopurilor. Voința include reflecție, luarea deciziilor și angajare. Insistăm pe această semnificație a voinței întrucât anume așa ea va fi înțeleasă în acest demers experimental.

2. Dimensiuni importante pentru voință sunt structura și etapele acesteia. Etapele componente ale unui act voluntar sunt: definitivarea motivației și formularea unui scop / obiectiv, conceperea planului / proiectului, deliberarea, alegerea deciziei, efectuarea acțiunilor în vederea atingerii planului / proiectului și evaluarea rezultatelor obținute.

3. În temeiul investigațiilor întreprinse cu referire la calitățile volitive evidențiem că acestea sunt prezentate fie în diade, având raporturi reciproce între ele, fie în mod singular, particular. Din modalitățile de manifestare ale calităților volitive vom enumera: calități volitive simple, morale și complexe, calități volitive bazale și sistemice / secundare, calități volitive propriu-zise, emoțional-volitive și moral-volitive. Cele mai semnificative calități volitive sunt: puterea sau forța voinței, curajul, independența, inițiativa, perseverența, fermitatea, promptitudinea luării deciziei, anduranța și autocontrolul. Vom investiga în complexitate capacitatea de atinere a scopului, curajul și capacitatea de a lua decizii, perseverența și fermitatea, independența și inițiativa, anduranța și autocontrolul.

4. Studiul cercetărilor psihologice pune în lumină existența deficiențelor în manifestarea voinței: deficiențe rezultate din excesul de inhibiție, deficiențe rezultate din deficitul de inhibiție, deficiențe rezultate din excesul de impulsivitate și deficiențe rezultate din lipsa de impulsivitate. Dintre cele mai curențe tulburări ale voinței vom enumera: ideile fixe sau obsesiile, impulsivitățile și abulia (abulie motorie, abulie intelectuală, abulie constituțională și abulii sistematizate). De asemenea unele tulburări de anxietate sau tulburări depresive pot condiționa dezorganizarea și deficiențe la nivelul voinței.

5. O etapă importantă în dezvoltarea și constituirea voinței și a calităților volitive este preadolescența. Procesul restructurării structurilor cerebrale contribuie la o mai bună reglare comportamentală și la creșterea potențialului psihic, inclusiv a voinței. Un alt factor care favorizează dezvoltarea voinței este creșterea complexității activităților, dificultăților și

obstacolelor în care sunt implicați preadolescenții. Anume acestea accentuează capacitatea de examinare și evaluare a dificultăților și barierelor, cât și echilibrarea efortului voluntar și a resurselor investite. De asemeni activitatea de învățare care solicită formularea scopurilor, obiectivelor și implică un efort voluntar complex și sistematic facilitează dezvoltarea voinței. Dezvoltarea intensă a conștiinței de sine în preadolescență marchează și calitățile volitive. Independența, autonomia și creșterea capacității de luare a deciziilor în diferite situații se amplifică și se cristalizează către finele preadolescenței.

6. Investigațiile literaturii psihologice la compartimentul voinței și a calităților volitive ne oferă încă un domeniu necercetat al acesteia, reprezentând temeiul pentru un demers al voinței și a calităților volitive la preadolescenții contemporani.

2. CERCETAREA EXPERIMENTALĂ A VOINȚEI ȘI A CALITĂȚILOR VOLITIVE LA PREADOLESCENȚI

2.1. Descrierea scopului, obiectivelor, ipotezelor și metodologiei de cercetare

Demersul constatativ prezentat și descris în acest capitol al tezei a fost realizat în perioada septembrie 2019 – ianuarie 2019, într-o instituție de învățământ din Piatra-Neamț, România.

Scopul pentru demersul experimental cu caracter constatativ constă în studiul *particularităților voinței și a calităților volitive la preadolescenți, precum și determinarea trăsăturilor de personalitate caracteristice preadolescenților cu diferite niveluri de dezvoltare ale voinței.*

Scopul lansat permite formularea următoarelor **obiective pentru demersul constatativ:**

1. identificarea diferențelor de gen și de vârstă în manifestarea voinței la preadolescenți;
2. stabilirea modalităților de manifestare a calităților volitive la preadolescenți;
3. evidențierea diferențelor de gen și de vârstă în manifestarea calităților volitive la preadolescenți;
4. reliefarea trăsăturilor de personalitate caracteristice preadolescenților cu diferite niveluri de dezvoltare ale voinței.

Scopul și obiectivele expuse au permis avansarea următoarelor **ipoteze pentru demersul constatativ:**

Presupunem că modul de manifestare și nivelurile voinței la preadolescenți sunt condiționate de gen, de vârstă și determină prezența anumitor trăsături de personalitate și au anumite caracteristici pentru această etapă de dezvoltare.

Pornind de la ipoteza generală emitem câteva ipoteze concrete:

1. Presupunem că există diferențe de gen și de vârstă în manifestarea voinței la preadolescenți.
2. Presupunem că există diferențe de gen și de vârstă în manifestarea calităților volitive la preadolescenți.
3. Presupunem că preadolescenții cu niveluri ridicate de dezvoltare ale voinței prezintă următoarele trăsături de personalitate: autonomie, conștiinciozitate și stabilitate emoțională.

Eșantionul demersului constatativ a fost constituit din 239 de preadolescenți cu vârsta cuprinsă între 10 și 15 ani (117 de preadolescenți și 122 de preadolescente), elevi din clasele a V-a, a VII-a și a IX-a. F. Golu, T. Crețu, A. Munteanu, E. Verza, F. Verza și U. Șchiopu afirmă că preadolescența începe la 10/11 ani și se încheie la 14/15 ani. În multiple cercetări această etapă a dezvoltării umane poate fi împărțită în două subetape aflate una în consecutivitatea

celeilalte: preadolescența ce include copii între 10 și 12 ani și preadolescența ce cuprinde elevii de 13 – 15 ani [11, 27, 53, 82, 87]. În interiorul acestei etape se desfășoară criza preadolescentină numită și criza de la 13 ani, care timp îndelungat a fost prezentată ca cea mai semnificativă caracteristică a acestei etape de dezvoltare [53, 82, 87]. Fiecare din aceste subetape se distinge prin particularități, caracteristici și trăsături care influențează procesul de dezvoltare a personalității preadolescentului. Anume aceste considerente ne-au determinat să studiem voința și calitățile volitive pe subgrupe de vârstă și anume: preadolescenții de 10 – 12 ani, preadolescenții de 13 ani și preadolescenții de 14 – 15 ani.

Astfel, eșantionul demersului constatativ a cuprins preadolescenți din trei subetape de vârstă: 99 de preadolescenți cu vârsta cuprinsă între 10 – 12 ani, 59 de preadolescenți cu vârsta de 13 ani și 81 de preadolescenți cu vârsta cuprinsă între 14 – 15 ani.

Pentru a investiga voința, calitățile volitive și trăsăturile de personalitate la preadolescenți am ales o serie de teste și chestionare [32].

Chestionarul de autoapreciere a voinței (după E. Pydenckui) evaluează puterea voinței și este compus din 15 itemi, care reprezintă câte o situație ipotetică. Preadolescenții vor alege una din variantele de răspuns: „Da”, „Nu știu” sau „Nu”, în funcție de ce îi caracterizează mai bine. Fiecărei variante de răspuns îi corespunde un număr. Scorul final se calculează prin însumarea cifrelor bifate.

Interpretarea rezultatelor se realizează astfel: între 0 și 12 puncte arată un nivel scăzut al voinței, între 13 și 21 de puncte indică un nivel mediu al voinței și între 22 și 30 de puncte semnaleză un nivel înalt de dezvoltare al voinței.

Scala perseverenței (după A. Duckworth). Această scală examinează nivelul perseverenței la copii și preadolescenți. Scala conține opt itemi, cu cinci variante posibile de răspuns. Preadolescenții vor bifa, varianta de răspuns care li se potrivește cel mai bine dintre următoarele: „Deseori”, „De multe ori”, „Așa și așa”, „De puține ori”, sau „Deloc”.

Interpretarea rezultatelor se realizează în conformitate cu următoarele indicații: pentru enunțurile 2, 4, 7 și 8 se atribuie: 5 puncte – deseori, 4 puncte – de multe ori, 3 puncte – așa și așa, 2 puncte – de puține ori și 1 punct – deloc. Pentru enunțurile 1, 3, 5 și 6 se atribuie următoarele puncte: 1 punct – deseori, 2 puncte – de multe ori, 3 puncte – așa și așa, 4 puncte – de puține ori și 5 puncte – deloc. Suma punctelor obținute se împarte la 8.

Rezultatele sunt interpretate astfel: scorul de la 0 – 2,66 reprezintă un nivel scăzut al perseverenței, scorul cuprins între 2,67 – 5,33 se referă la nivelul mediu al perseverenței și cel între 5,34 – 8 reprezintă nivelul înalt al perseverenței.

Tehnica de studiere a calităților volitive ale personalității (de H. Стамбулова). Această tehnică a fost dezvoltată de H. Стамбулова și examinează modul de manifestare a următoarelor capacități volitive: capacitatea de atingere a scopurilor, curajul și capacitatea de a lua decizii, perseverența și fermitatea, inițiativa și independența, autocontrolul și anduranța. Tehnica este alcătuită din cinci seturi de chestionare, a câte 20 de itemi fiecare. Preadolescenții sunt rugați să evalueze nivelul de dezvoltare a propriilor calități volitive.

Preadolescenții vor selecta răspunsul corespunzător din cele cinci opțiuni propuse din protocolul de răspuns. Fiecărei opțiuni de răspuns îi corespunde un număr. Opțiunile pentru răspunsuri sunt: „Nu mi se întâmplă” (-2), „Posibil, rareori” (-1), „Posibil, uneori”(0), „Probabil, deseori” (1), „Cu siguranță” (2). Astfel ei vor răspunde la cele cinci seturi de chestionare până vor completa tot protocolul sintetic de răspuns.

Fiecare chestionar permite diagnosticarea a doi parametri ai calităților volitive: expresivitatea și generalizarea. Termenul de expresivitate se referă la existența și stabilitatea de manifestare a caracteristicilor sale de bază, sub generalizare înțelegem – calitățile extinse, universale, adică, lărgimea de manifestare în diferite situații de viață și tipuri de activități.

Interpretarea rezultatelor se realizează astfel: itemii 1, 6, 8, 9, 11, 12, 16, 17, 18, 20 pun în lumină expresivitatea calităților volitive, iar itemii 2, 3, 4, 5, 7, 10, 13, 14, 15 examinează generalizarea calităților volitive.

Lângă numărul item-ului se va nota un număr de puncte (-2, - 1, 0, + 1, +2), care se acordă pentru fiecare variantă a răspunsului. Aceste estimări sunt înregistrate în protocolul sintetic de răspuns, alături de numărul de răspuns. Apoi, suma algebrică a punctajelor se calculează separat pentru afirmațiile parametrului de expresivitate și parametrului de generalizare pentru fiecare calitate volițională. Pentru a transfera la scara pozitivă a evaluărilor, la scorul total se adaugă 20 de puncte, iar rezultatele finale sunt înregistrate în protocol.

Concluziile privind nivelul de dezvoltare al fiecărei calități volitive se face în funcție de parametrii expresivității și generalizării, luând în considerare următorii indicatori normativi: între 0 – 19 puncte – nivel scăzut; între 20 – 30 de puncte – nivelul mediu; între 31 – 40 de puncte – nivel ridicat.

Cu scopul investigării trăsăturilor de personalitate am administrat ***Chestionarul de personalitate cu 5 factori (CP5F) (după M. Albu)*** [1, 222]. Chestionarul CP5F (după M. Albu) este destinat evaluării celor cinci suprafactori ai modelului Big Five (extraversiune, stabilitate emoțională, conștiinciozitate, amabilitate și autonomie). Chestionarul cuprinde șase scale: câte una pentru fiecare suprafactor (al cărui nume coincide cu cel al suprafactorului pe care îl măsoară) și o scală (denumită dezirabilitate socială) pentru identificarea persoanelor ale căror

răspunsuri nu sunt conforme realității, fie pentru că acestea doresc să-și creeze o imagine favorabilă, fie pentru că răspund la întâmplare sau vor să pară altfel decât restul oamenilor.

Chestionarul CP5F (după M. Albu) a fost etalonat pe o populație non-clinică, formată din persoane cu vârsta cuprinsă între 14 și 65 de ani. Au fost construite etaloane separate pentru două categorii de condiții de administrare a chestionarului: un etalon valabil pentru evaluarea psihologică periodică obligatorie și selecția profesională (atunci când majoritatea subiecților se străduiesc să-și creeze o imagine favorabilă și răspund în sensul dezirabilității sociale) și unul pentru cazul când administrarea Chestionarului CP5F (după M. Albu) se face în scop de diagnoză a personalității sau intervenție psihologică (atunci când, în general, subiecții răspund sincer). Ambele etaloane sunt calculate pe sexe și pe șase grupe de vârstă (14 – 19 ani, 20 – 25 de ani, 26 – 35 de ani, 36 – 45 de ani, 46 – 55 de ani și 56 – 65 de ani). Ele permit transformarea scorurilor brute ale scalelor în cote T. Sunt propuse interpretări ale scorurilor mici și ale scorurilor mari (cărora le corespund cote T mai mici decât 40, respectiv, mai mari decât 60).

Din cauza faptului că scorurile scalei dezirabilitate socială corelează liniar direct cu scorurile scalelor conștiințiozitate, amabilitate și stabilitate emoțională trebuie manifestată prudență la interpretarea scorurilor acestor scale pentru subiecții care la scala dezirabilitate socială au obținut un scor mare.

Testele, scalele și chestionarele descrise în acest paragraf ne-au permis să studiem în detaliu voința și calitățile volitive la preadolescenți.

2.2. Rezultatele cercetării experimentale a voinței și a calităților volitive la preadolescenți

Am investigat voința pornind de la următoarea ipoteză lansată: *presupunem că există diferențe de gen și de vârstă în manifestarea voinței la preadolescenți*. Voința preadolescenților a fost evaluată prin administrarea *Chestionarului de autoapreciere a voinței (după E. Руденский)*. Rezultatele obținute privind autoaprecierea voinței la preadolescenții din lotul experimental sunt prezentate în figura 2.1.

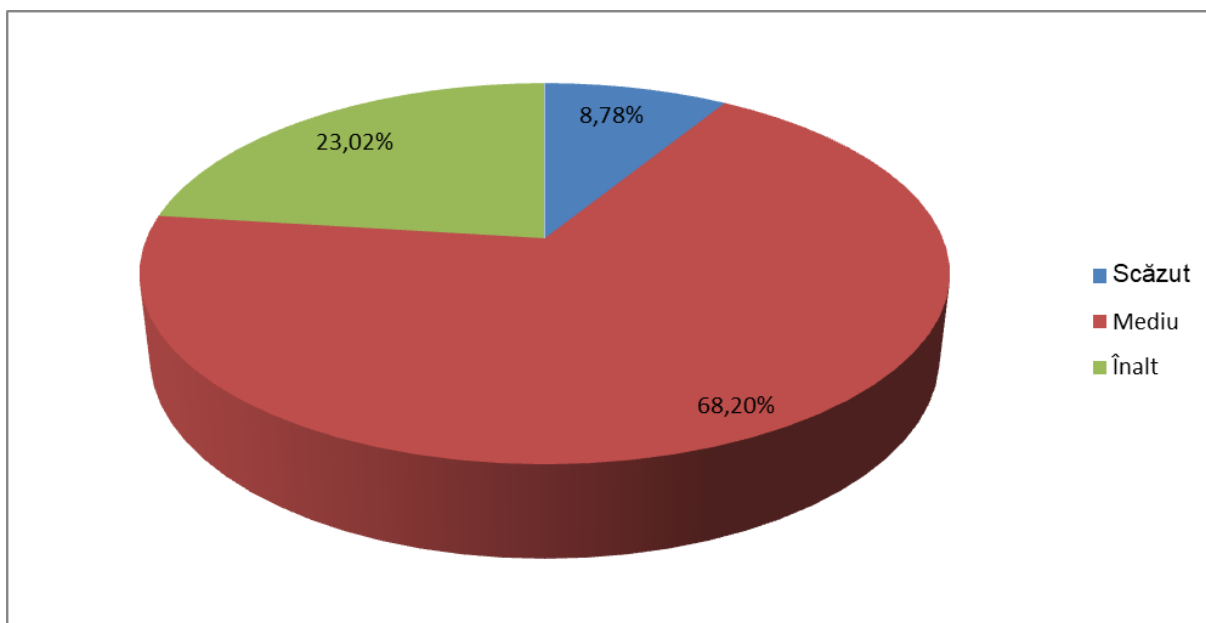


Fig. 2.1. Distribuția rezultatelor privind nivelul autoaprecierii vouinței la preadolescenți

Un număr mic de preadolescenți (8,78%) au obținut un scor considerat scăzut privind autoaprecierea vouinței. Acești preadolescenți pot fi caracterizați prin faptul că preferă doar activitățile interesante și ușor de realizat, chiar dacă acestea le pot afecta imaginea de sine și performanțele. Este mai curând vorba de o indiferență față de angajamente și obligații. Orice angajament sau sarcină asumată este percepută ca o povară. Ar putea fi vorba și de o manifestare a egoismului. Pentru aceștia ar fi recomandată o modificare a atitudinii față de cei din jur.

Încă o categorie de preadolescenți, și anume peste jumătate dintre ei (68,20%), sunt cei care manifestă un nivel mediu al autoaprecierii vouinței. Aceștia se caracterizează prin faptul că vor căuta să depășească dificultățile apărute. Doar dacă nu este posibil acest lucru, vor alege să le evite. Ei depun eforturi pentru a-și onora promisiunile. Chiar dacă există activități care le displac și le rezolvă cu greu, reușesc să le îndeplinească. Nu-și asumă obligații suplimentare din proprie inițiativă. Pentru cei din această categorie se indică exersarea vouinței.

Vom menționa că 23,02% din preadolescenți au un nivel înalt al autoaprecierii vouinței. Este vorba despre preadolescenți ai căror particularitate este că te poți bizui pe ei. Aceștia vor accepta confruntări și provocări, care i-ar pune în gardă pe unii. Ei ar trebui să fie atenți la gradul înalt de flexibilitate, toleranță și bunăvoință de care dau dovadă.

Demersul constatativ a fost orientat la identificarea diferențelor de gen în manifestarea vouinței la preadolescenți. Frecvențele preadolescenților și a preadolescentelor pentru autoaprecierea vouinței sunt ilustrate în figura 2.2.

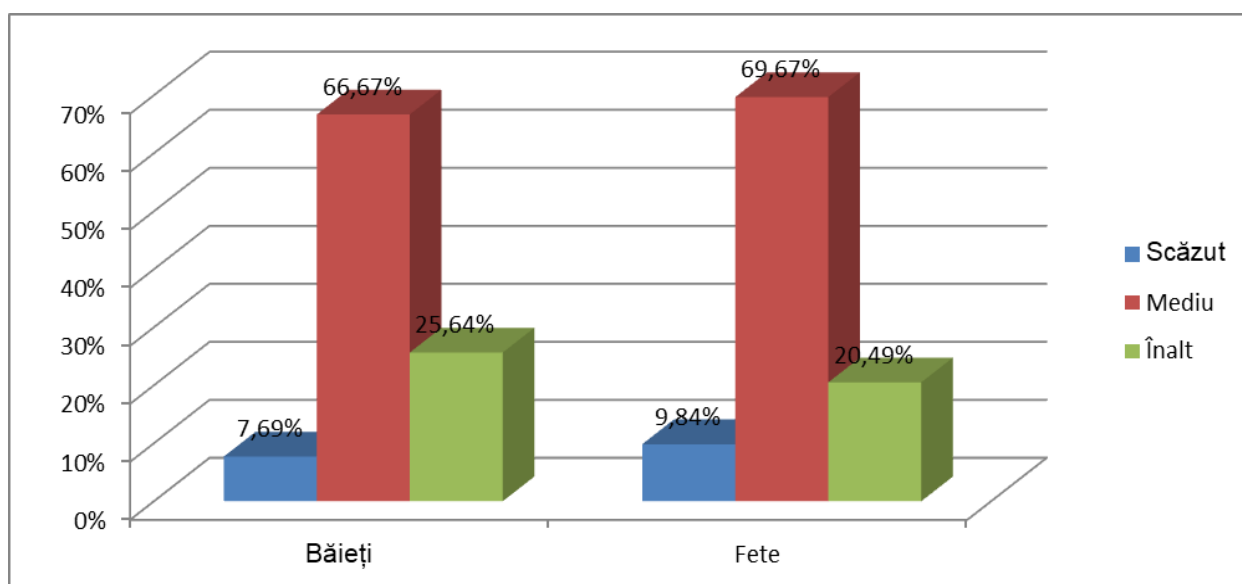


Fig. 2.2. Distribuția rezultatelor privind nivelul autoaprecierii voinței la preadolescenți în funcție de gen

Frecvențele din figura 2.2. ne permit să realizăm următoarea analiza comparativă: pentru nivelul scăzut de autoapreciere al voinței, cotele cele mai mari sunt obținute de preadolescente, în valoare de 9,84%, spre deosebire de preadolescenți, ai căror rezultate indică valoarea de 7,69%. Pentru nivelul mediu de autoapreciere al voinței observăm următoarea tendință: 69,67% din preadolescente manifestă nivel mediu al autoaprecierii voinței, comparativ cu 66,67% din preadolescenți. Pentru nivelul înalt al autoaprecierii voinței, procentajul mai mare este specific preadolescenților, și anume 25,64%, iar rezultatele preadolescentelor ating valoarea de 20,49%.

Statistic după testul T-student identificăm diferențe semnificative pentru autoaprecierea voinței între rezultatele preadolescenților (media=18,8 u.m.) și cele ale preadolescentelor (media=17,7 u.m.) ($T=2,1$, $p \leq 0,05$) cu o medie mai mare în rândul preadolescenților. Preadolescenții prezintă un nivel mai înalt al autoaprecierii voinței. Putem explica această deosebire în autoaprecierea voinței la cele două genuri, pe seama transformărilor biologice, dar și a modului în care se construiește imaginea de sine în perioada aceasta de dezvoltare. Așadar, la preadolescenții de sex masculin aceste schimbări apar mai târziu, pe la 13 și 15 ani, în măsură ce la preadolescente apar între 11 și 13 ani. Aceste transformări sunt însoțite de o instabilitate afectivă, apariția irascibilității și a explozivității în manifestarea emoțiilor, preadolescentele fiind mai vulnerabile în ceea ce privește controlul voinței. Preadolescenții au o mai bună imagine de sine și astfel modul în care își apreciază capacitatea volitivă este mai crescut. Preadolescentele pot fi influențate de maniera în care sunt văzute și apreciate de cei din jur, astfel factorii sociali prezintă un rol important în autoaprecierea voinței acestora. Totodată, vom lua în considerare și diferențele în educația fetelor, comparativă cu cea a băieților.

Demersul nostru a cuprins evidențierea diferențelor de vârstă în manifestarea voinței la preadolescenți. Frecvențele preadolescenților de 10 – 12 ani, preadolescenților de 13 ani și preadolescenților de 14 – 15 ani pentru autoaprecierea voinței pot fi vizualizate în figura 2.3.

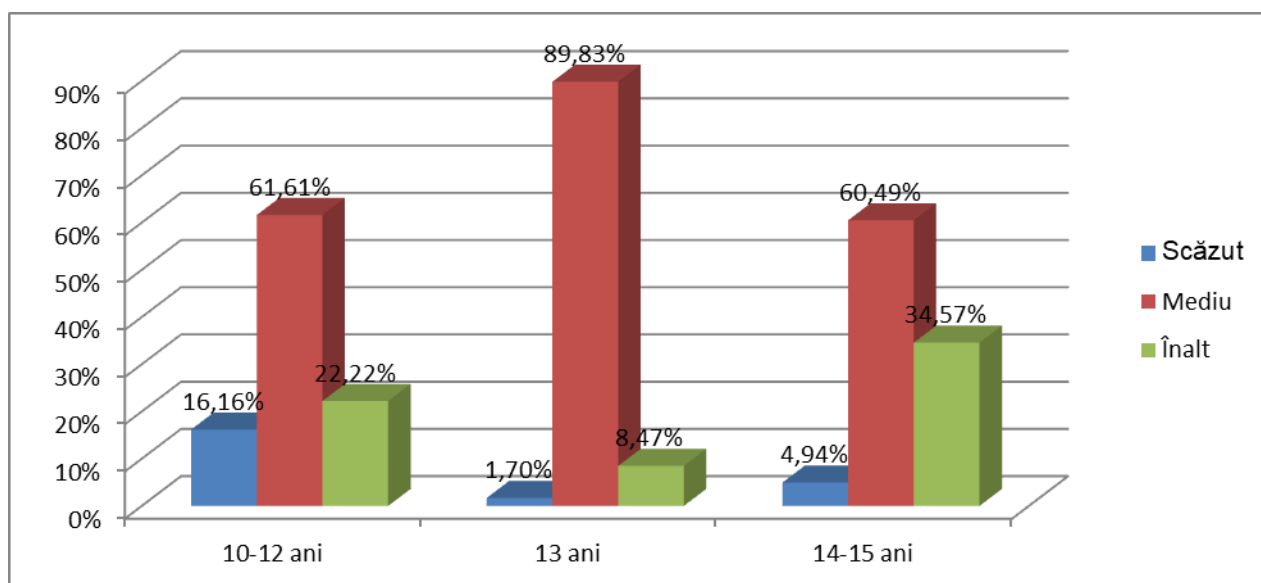


Fig. 2.3. Distribuția rezultatelor privind nivelul autoaprecierii voinței la preadolescenți în funcție de vârstă

Analiza cantitativă a rezultatelor prezentate în figura 2.3. ne permite să remarcăm că nivelul scăzut de autoapreciere al voinței este specific preadolescenților din toate subgrupele de vârstă după cum urmează: pentru 16,16% din preadolescenții de 10 – 12 ani, 1,70% din preadolescenții de 13 ani și 4,94% din preadolescenții de 14 – 15 ani. Nivelul mediu de autoapreciere al voinței atinge cote mai mari la preadolescenții de 13 ani și anume 89,83%, în comparație cu 61,61% din preadolescenții de 10 – 12 ani și 60,49% din preadolescenții de 14 – 15 ani. Pentru nivelul înalt al autoaprecierii voinței se pot observa următoarele: elevii cu vârsta cuprinsă între 14 – 15 ani au procentul cel mai mare și anume 34,57%, cei cu vârsta cuprinsă între 10 – 12 ani: 22,22%, iar cei de 13 ani: 8,47%.

Studiul statistic după testul T-student a rezultatelor pentru autoaprecierea voinței scoate în lumină diferențe semnificative între rezultatele preadolescenților de 10 – 12 ani (media=17,85 u.m.) și cele ale preadolescenților de 14 – 15 ani (media=19,12 u.m.) ($T=2,1$, $p \leq 0,05$). Media cea mai mare o evidențiem la preadolescenții de 14 – 15 ani, fapt ce ne permite să menționăm că preadolescenții de 14 – 15 ani au un nivel mai dezvoltat al autoaprecierii voinței. Acest fapt se datorează dezvoltării conștiinței de sine și a cunoașterii de sine mai intense la această perioadă de vârstă. Comparativ cu preadolescenții mai mici care au tendința de a imita adulții, preadolescenții mai înaintați în vârstă își dezvoltă capacitatea să reflecteze asupra propriilor

acțiuni, astfel reușind să emită judecăți și să adopte comportamente, în funcție de lucrurile pe care le admiră sau le disprețuiesc.

Pentru un demers mai amplu și mai profund al voinței în preadolescență ne-am propus să examinăm perseverența și evoluția acesteia în dependență de vârsta și genul preadolescenților.

În continuare pentru demersul constatativ am lansat următoarea presupunere: *există diferențe de gen și de vârstă în manifestarea calităților volitive la preadolescenți*. Pornind de la această ipoteză, inițial examinăm perseverența și evoluția acesteia în dependență de genul și vârsta preadolescenților. Am evaluat perseverența preadolescenților administrând *Scala perseverenței* (după A. Duckworth). Frecvențele pentru perseverență la preadolescenți sunt prezentate în figura 2.4.

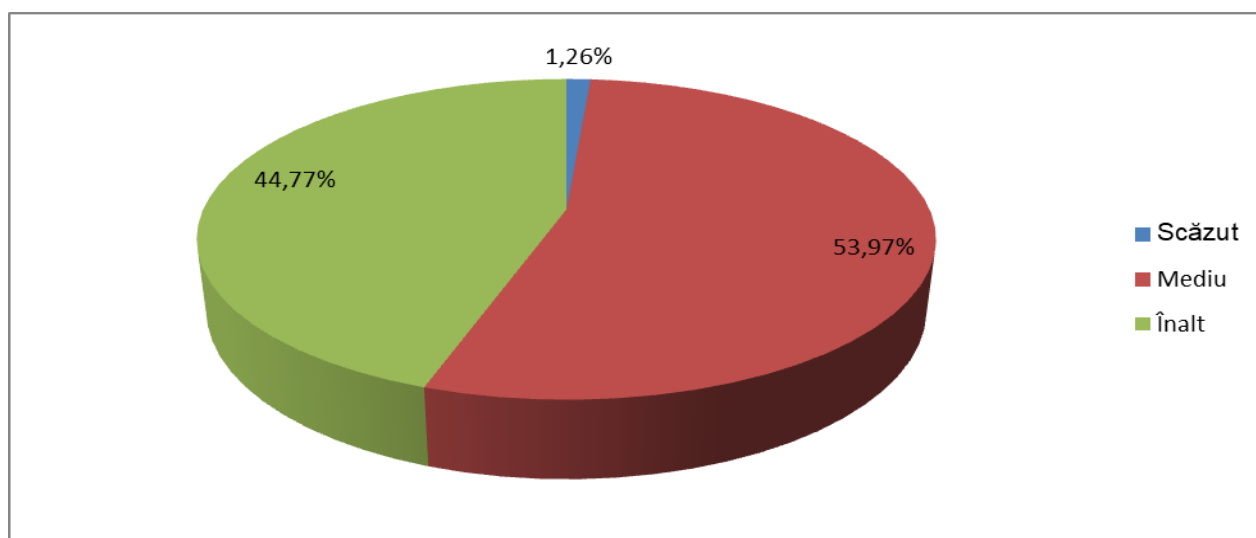


Fig. 2.4. Distribuția rezultatelor privind nivelul perseverenței la preadolescenții supuși experimentului

Frecvențele din figura 2.4. se distribuie după cum urmează: 1,26% dintre preadolescenți au un nivel scăzut al perseverenței. Aceștia se caracterizează prin absența unei structuri coerente a obiectivelor. Chiar dacă sunt capabili să-și formuleze un vis, ei nu sunt apți să-și identifice obiectivele de nivel mediu și imediat, care să-i ajute în atingerea scopului. Ierarhia obiectivelor lor are un obiectiv de vârf, dar fără obiectivele de susținere la nivel mediu și imediat. Ei își fac fantezii despre un viitor pozitiv, fără să definească cum vor ajunge acolo. În unele cazuri se poate întâmpla ca aceștia să aibă mai multe obiective de nivel mediu, care nu corespund unui obiectiv unificat de vârf. Alteori, cei din această categorie, vor avea câteva ierarhii ale obiectivelor, fără legătură între ele și care, pot intra în conflict unele cu altele.

53,97% dintre preadolescenți prezintă nivelul mediu al perseverenței. Pasiunea cu care se angajează aceste persoane în realizarea obiectivelor este de nivel mediu. Acești preadolescenți au

carențe în reflectarea asupra obiectivelor concrete și specifice, în reevaluarea sarcinilor de pe lista cu activități de făcut pe termen imediat, pentru a putea atinge obiectivul de vârf. În cazul în care se confruntă cu un eșec, aceștia vor persevera și vor acționa. Însă, dacă apar mai multe eșecuri, aceștia vor fi încurajați să facă ceva diferit, să modifice structura obiectivelor.

Iar 44,77% dintre preadolescenți se caracterizează prin nivel înalt al perseverenței. Aceștia dau dovadă de un fel de angajament susținut, de durată în realizarea obiectivelor propuse. Ceea ce apare mereu în comunicarea lor este ideea consecvenței în timp. Ei sunt capabili să își dedice o mare parte de timp pentru a rezolva diverse probleme. Un refuz îi poate dezamăgi, dar nu pentru mult timp. În scurt timp ei își vor găsi un alt obiectiv de nivel imediat.

Pentru a stabili existența unei legături între autoaprecierea voinței și perseverenței la preadolescenți am calculat coeficientul de corelație Pearson. Coeficientul de corelație și pragul de semnificație sunt prezentați în tabelul 2.1.

Tabelul 2.1. Interrelația între autoaprecierea voinței și perseverență la preadolescenți după Pearson

<i>Variabilele cercetării</i>	<i>Coeficientul de corelație</i>	<i>Pragul de semnificație</i>
Autoaprecierea voinței / Perseverența	0,4699	$p \leq 0,01$

Tabelul 2.1. ilustrează prezența unei legături între autoaprecierea voinței și perseverența la preadolescenți confirmată prin coeficientul de corelație ($r=0,4699$, $p \leq 0,01$). Vom menționa că preadolescenții cu nivel înalt al autoaprecierii voinței demonstrează și nivel înalt de perseverență.

Demersul investigational a cuprins evidențierea diferențelor de gen în manifestarea perseverenței. Frecvențele preadolescenților și a preadolescentelor pentru perseverență sunt arătate în figura 2.5.

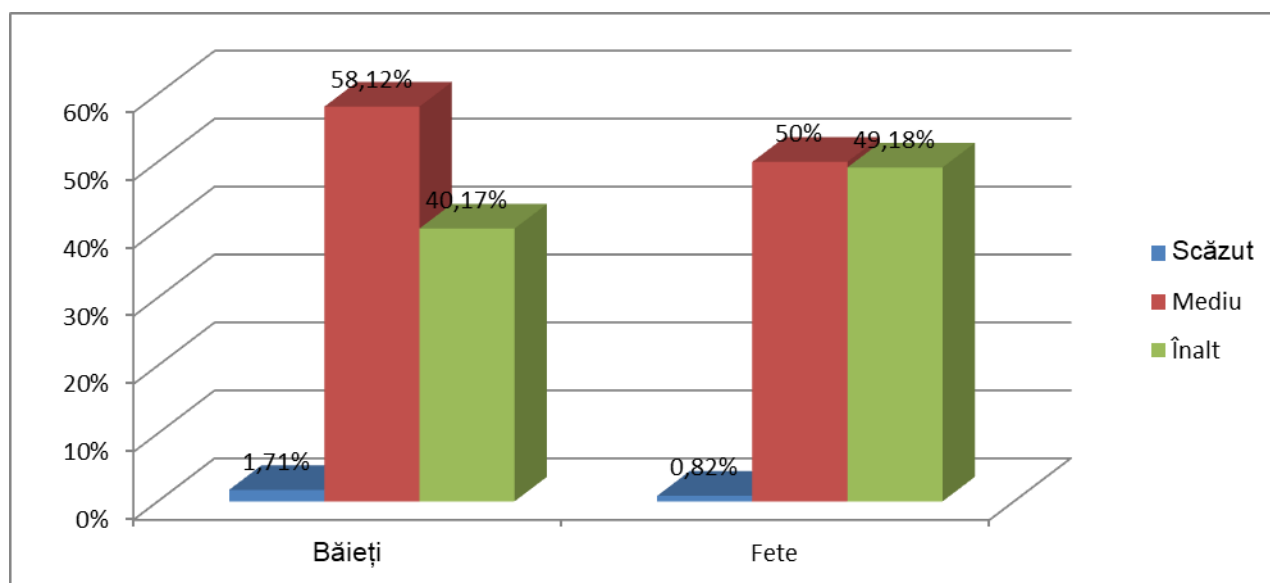


Fig. 2.5. Distribuția rezultatelor privind nivelul perseverenței preadolescenților supuși experimentului în funcție de gen

Frecvențele din figura 2.5. ne permit să punctăm următoarele tendințe: cele mai mici frecvențe sunt caracteristice pentru nivelul scăzut al perseverenței (1,71% preadolescenți și 0,82% preadolescente). Pentru nivelul mediu al perseverenței frecvența cea mai ridicată este caracteristică preadolescenților (58,12%) spre deosebire de preadolescente (50%). O tendință inversă se observă în cazul nivelului înalt al perseverenței. Aici 49,18% din preadolescente și 40,17% din preadolescenți manifestă nivelul înalt de perseverență.

În conformitate cu testul T-student atestăm diferențe semnificative statistic pentru perseverență între rezultatele preadolescenților (media=3,12 u.m.) și cele ale preadolescentelor (media=3,32 u.m.) ($T=2,4$, $p \leq 0,05$) cu o medie mai ridicată caracteristică preadolescentelor. Astfel vom menționa aici că preadolescentele dau dovadă de nivel mai dezvoltat al perseverenței. Faptul acesta ar putea fi atribuit anumitor factori de natură genetică, precum și celor ce țin de experiență. În același timp se suprapun factorii de mediu, cei sociali și culturali, îmbogățind experiența ce ține de depunerea efortului, pasiunii și interesului cu care preadolescentele practică anumite activități cu sens și le finalizează. Preadolescentele care au avut parte de un parenting bazat pe afecțiune, respect și exigență sunt considerate mai independente și obțin rezultate mai bune la școală, fiind în același timp mai puțin tentate în a se implica în activități din zona infracțională [17].

În studiul constatativ ne-am propus să analizăm frecvențele pentru perseverență a preadolescenților de vârste diferite. În continuare vom prezenta frecvențele preadolescenților de 10 – 12 ani, a preadolescenților de 13 ani și a preadolescenților de 14 – 15 ani pentru perseverență.

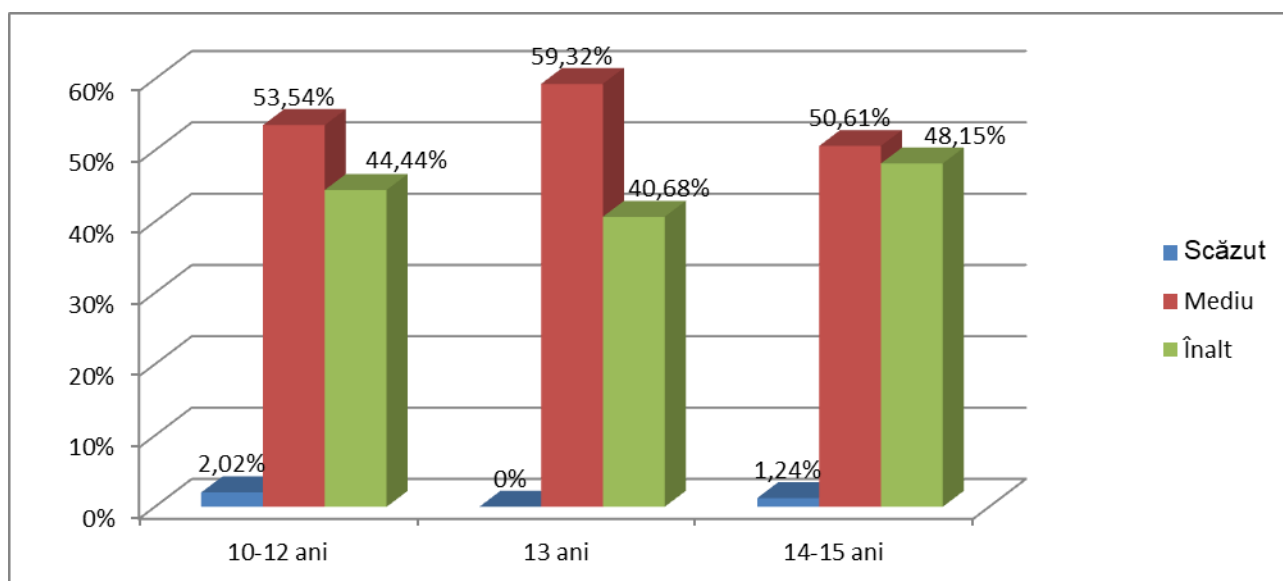


Fig. 2.6. Distribuția rezultatelor privind nivelul perseverenței preadolescenților supuși experimentului în funcție de vârstă

Analiza frecvențelor prezentate în figura 2.6. ne permite să remarcăm că nivelul scăzut de perseverență este specific preadolescenților din două subgrupe de vârstă și anume: pentru 2,02% din preadolescenții de 10 – 12 ani și 1,24% din preadolescenții de 14 – 15 ani. Nivelul mediu de perseverență are cele mai mari frecvențe în rândul preadolescenților de 13 ani (59,32%) și preadolescenților de 10 – 12 ani (53,54%). 50,61% din preadolescenții de 14 – 15 ani manifestă nivel mediu de perseverență. În cazul nivelului înalt de perseverență evidențiem că frecvența cea mai mare este caracteristică preadolescenților de 14 – 15 ani (48,15%) spre deosebire de preadolescenții de 10 – 12 ani (44,44%) și preadolescenții de 13 ani (40,68%).

Pe lângă perseverență am investigat următoarele calități volitive la preadolescenți: capacitatea de atingere a scopului, curajul și capacitatea de a lua decizii, perseverența și fermitatea, inițiativa și independența, autocontrolul și anduranța. A fost posibil să examinăm calitățile voinței prin aplicarea *Tehnicii de studiere a calităților volitive ale personalității* (de H. Стамбулова).

O calitate importantă a voinței este capacitatea de atingere a scopului. Capacitatea de atingere a scopului cuprinde efortul depus de preadolescent în vederea îndeplinirii obiectivelor propuse. Încordarea voluntară a preadolescentului va fi mai mare în situațiile în care scopul și obiectivele sunt unele valoroase și semnificative pentru preadolescent. Preadolescentul la care capacitatea de atingere a scopului este slab dezvoltată, nu va putea duce la bun sfârșit scopul și obiectivele propuse [53, 87].

În figura 2.7. prezentăm frecvențele pentru capacitatea de atingere a scopului, factorul expresivitate la preadolescenți.

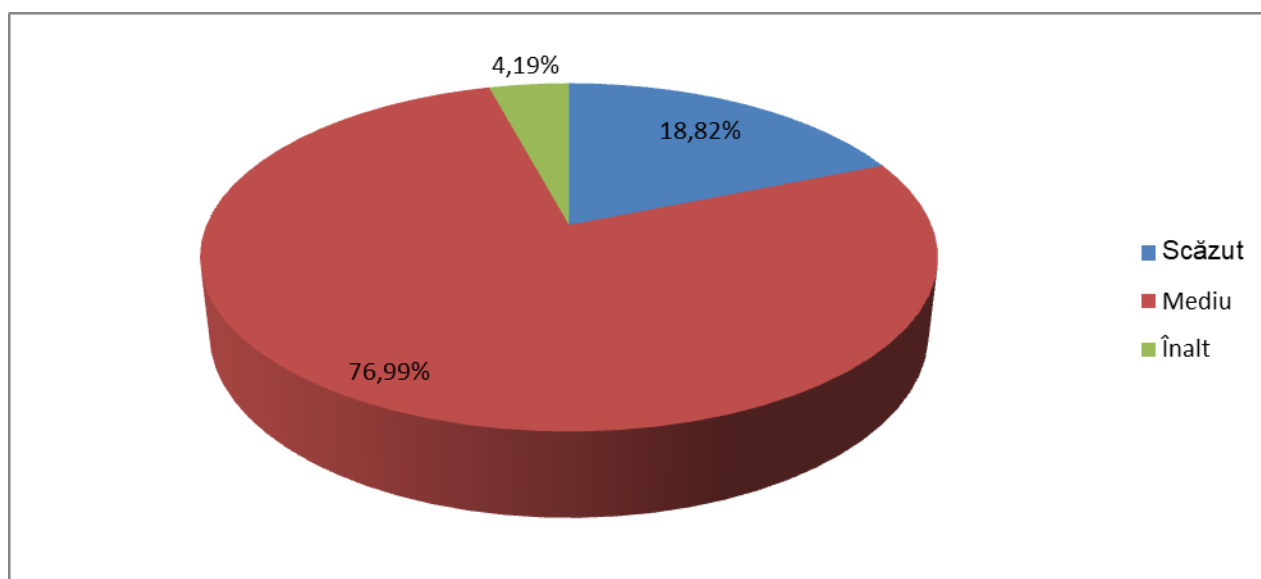


Fig. 2.7. Distribuția rezultatelor privind nivelul capacității de atingere a scopului, factorul expresivitate, la preadolescenții supuși experimentului

18,82% dintre preadolescenți demonstrează un nivel scăzut al capacității de atingere a scopului, legat de factorul expresivitate. Acești preadolescenți au un nivel redus de exprimare și plasticitate a acestei calități volitive. Ei au dificultăți în ceea ce privește alegerea și atingerea scopului. Preadolescenții își risipesc energia în lucruri mărunte. Pentru aceștia scopurile personale sunt lipsite de pregnanță.

Preadolescenții cu nivel mediu de dezvoltare al capacității de atingere a scopului, al factorului expresivitate reprezintă indicele cel mai înalt din distribuția acestor date, și anume 76,99%. Acest lucru ne vorbește despre capacități mediu dezvoltate de exprimare și plasticitate în elaborarea scopului și în atingerea acestuia.

Doar 4,19% din preadolescenții testați manifestă un grad înalt de exprimare și plasticitate în elaborarea scopului și atingerea acestuia. Acești preadolescenți știu sigur pentru ce luptă și încotro se îndreaptă. Ei își exprimă clar scopul și urmăresc în mod evident atingerea acestuia.

În continuare vom prezenta capacitatea de atingere a scopului, factorul expresivitate la preadolescenți în dependență de gen. Frecvențele la preadolescenți și preadolescente pentru capacitatea de atingere a scopului pot fi vizualizate în figura 2.8.

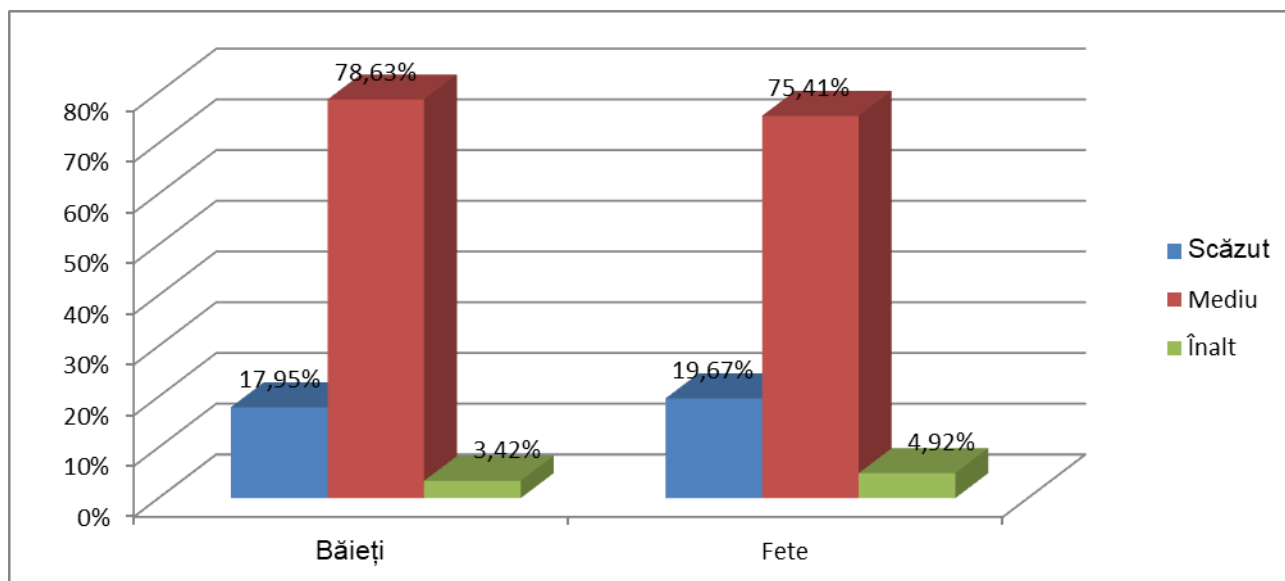


Fig. 2.8. Distribuția rezultatelor privind nivelul capacității de atingere a scopului, factorul expresivitate, la preadolescenții supuși experimentului în funcție de gen

Pentru nivelul scăzut și înalt al capacității de atingere a scopului, sub aspectul factorului expresivitate, frecvențele cele mai mari le consemnăm la preadolescente (19,67% și 4,92%) comparativ cu preadolescenții (17,95% și 3,42%). Nivelul mediu al capacității de atingere a

scopului, sub aspectul factorului expresivitate se întâlnește în frecvență mai ridicată la preadolescenți (78,63%) spre deosebire de preadolescente (75,41%).

Urmează frecvențele la preadolescenții de 10 – 12 ani, preadolescenții de 13 ani și preadolescenții de 14 – 15 ani pentru capacitatea de atingere a scopului, sub aspectul factorului expresivitate.

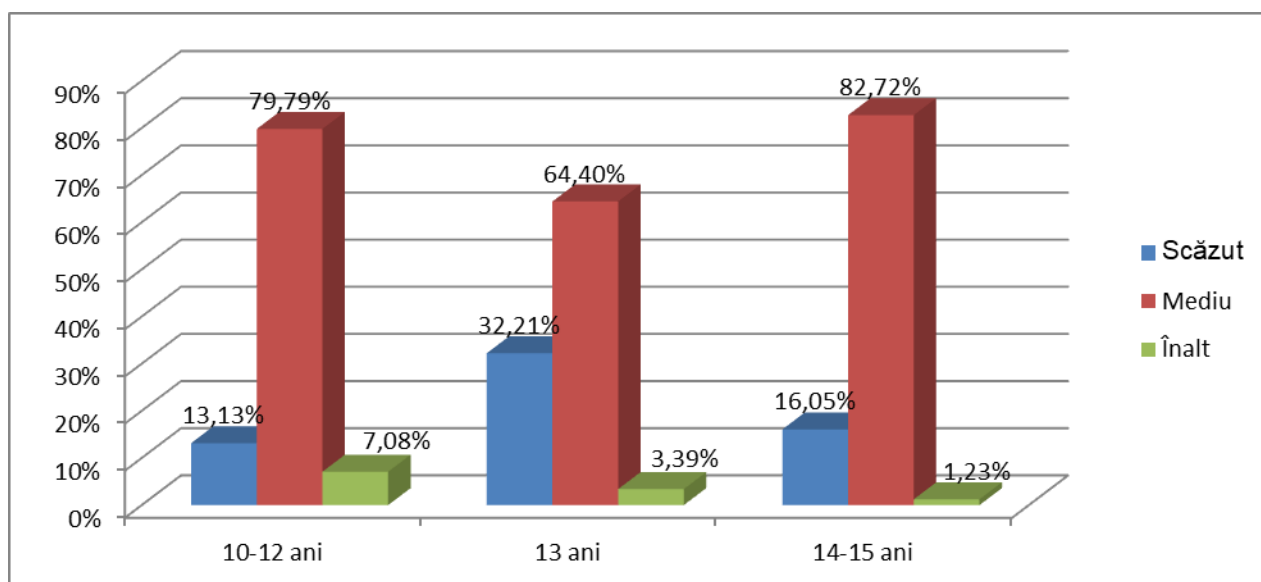


Fig. 2.9. Distribuția rezultatelor privind nivelul capacității de atingere a scopului, factorul expresivitate, la preadolescenții supuși experimentului în funcție de vârstă

Analizând distribuția datelor prezentate în figura de mai sus, observăm că preadolescenții de 13 ani au un indice de 32,21% corespunzător nivelului scăzut al capacității de atingere a scopului, sub aspectul factorului expresivitate, comparativ cu 16,05% din preadolescenții cu vârsta cuprinsă între 14 – 15 ani și 13,13% din preadolescenții cu vârsta cuprinsă între 10 – 12 ani. Frecvența cea mai înaltă a nivelului mediu al capacității de atingere a scopului, sub aspectul factorului expresivitate, îl observăm la preadolescenții de 14 – 15 ani și anume 82,72%, fiind urmați de preadolescenții de 10 – 12 ani cu 79,79% și cei de 13 ani cu 64,40%. Pentru nivelul înalt al capacității de atingere a scopului, sub aspectul factorului expresivitate, remarcăm o descreștere a frecvenței în funcție de vârstă, și anume preadolescenții de 10 – 12 ani prezintă 7,08%, cei de 13 ani: 3,39% și cei de 14 – 15 ani: 1,23 %.

Statistic după testul T-student pentru capacitatea de atingere a scopului, factorul expresivitate se înregistrează diferențe semnificative între rezultatele preadolescenților de 10 – 12 ani (media=23,26) și rezultatele preadolescenților de 13 ani (media=21,6) ($T=2,3$, $p \leq 0,05$) cu media mai mare caracteristică preadolescenților de 10 – 12 ani. Diferențele obținute exprimă faptul că preadolescenții de 10 – 12 ani au un nivel mai dezvoltat al capacității de atingere a scopului, factorul expresivitate. Această diferență se poate explica prin apariția schimbărilor din

timpul pubertății în cadrul sistemului socio-emoțional al creierului. Preadolescenții de 10 – 12 ani sunt mai dedicați obiectivului, pentru că le pasă mai mult de atingerea scopului propus, astfel încât își doresc să facă mai multe acțiuni în acest sens.

Demersul nostru constatativ continuă cu investigarea capacității de atingere a scopului, factorul generalizare la preadolescenți. Frecvențele pentru nivelul scăzut, mediu și înalt de dezvoltare a capacității de atingere a scopului sub aspectul factorului generalizare la preadolescenți pot fi vizualizate în figura 2.10.

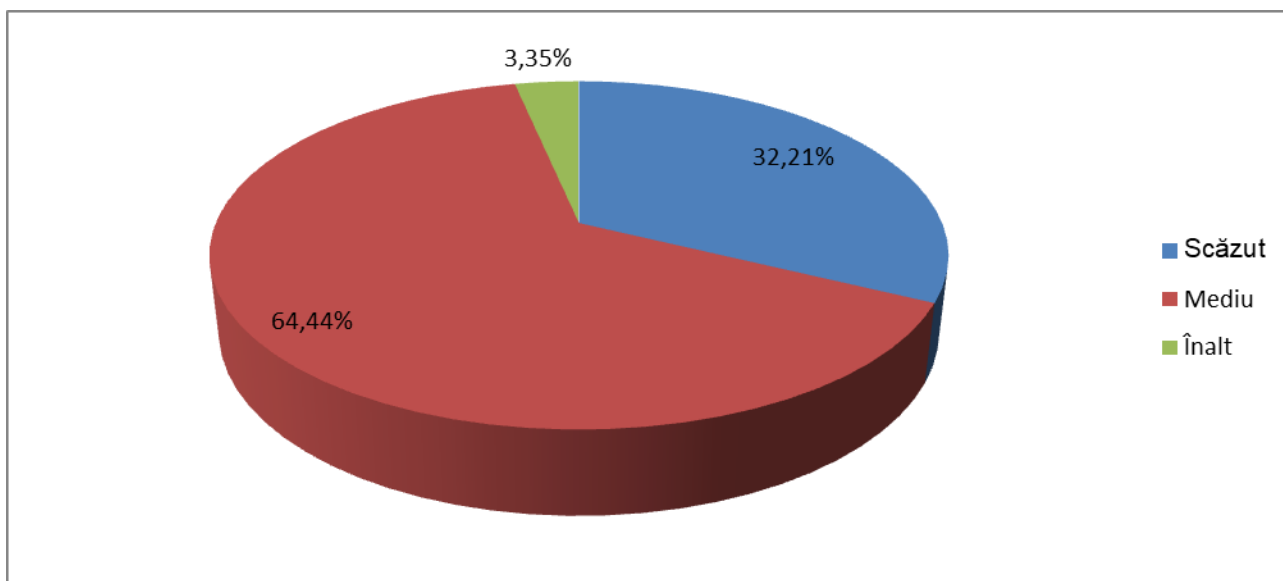


Fig. 2.10. Distribuția rezultatelor privind nivelul capacității de atingere a scopului, factorul generalizare, la preadolescenții supuși experimentului

32,12% dintre preadolescenții manifestă un nivel scăzut al capacității de atingere a scopului, sub aspectul factorului generalizare. Preadolescenți cu nivel scăzut al caracterului general al acestei calități volitive nu prezintă hotărâre și fermitate în vederea atingerii unui anumit scop. Acești preadolescenți nu sunt capabili să-și mobilizeze resursele interioare pentru trasarea și îndeplinirea scopurilor.

64,44% din preadolescenții manifestă nivel mediu de dezvoltare al capacității de atingere a scopului sub aspectul factorului generalizare. Prezența nivelului mediu de dezvoltare al capacității de atingere a scopului sub aspectul factorului generalizare presupune o determinare și dârzenie fragmentare în acțiunile orientate spre atingerea scopului.

3,35% din preadolescenții demonstrează nivel înalt al capacității de atingere a scopului, sub aspectul factorului generalizare. Definitiv pentru acești preadolescenți este că reușesc să-și stabilească obiective și să-și atingă scopul. Această capacitate este extinsă asupra mai multor arii de interes, conferindu-i un caracter general.

Pentru determinarea existenței unei relații între capacitatea de atingere a scopului, sub aspectul factorului expresivitate și a capacității de atingere a scopului, sub aspectul factorului generalizare la preadolescenți am întreprins calculul coeficientului de corelație Pearson. Coeficientul de corelație și pragul de semnificație sunt indicați în tabelul 2.2.

Tabelul 2.2. Interrelația între capacitatea de atingere a scopului, factorul E și capacitatea de atingere a scopului, factorul G la preadolescenți după Pearson

<i>Variabilele cercetării</i>	<i>Coeficientul de corelație</i>	<i>Pragul de semnificație</i>
Capacitatea de atingere a scopului, factorul E / Capacitatea de atingere a scopului, factorul G	0,3482	$p \leq 0,01$

Tabelul 2.2. evidențiază prezența interrelației între capacitatea de atingere a scopului, factorul expresivitate și capacitatea de atingere a scopului, factorul generalizare la preadolescenți, care a fost confirmată prin coeficientul de corelație ($r=0,3482$, $p \leq 0,01$). Vom specifica că preadolescenții cu un nivel înalt al capacității de atingere a scopului, sub aspectul factorului expresivitate, demonstrează și un nivel înalt al capacității de atingere a scopului, sub aspectul factorului generalizare.

Demersul nostru de constatare continuă cu rezultatele pentru capacitatea de atingere a scopului, factorul generalizare la preadolescenți în dependență de gen. Frecvențele la preadolescenți și preadolescente pentru capacitatea de atingere a scopului, sunt ilustrate în figura 2.11.

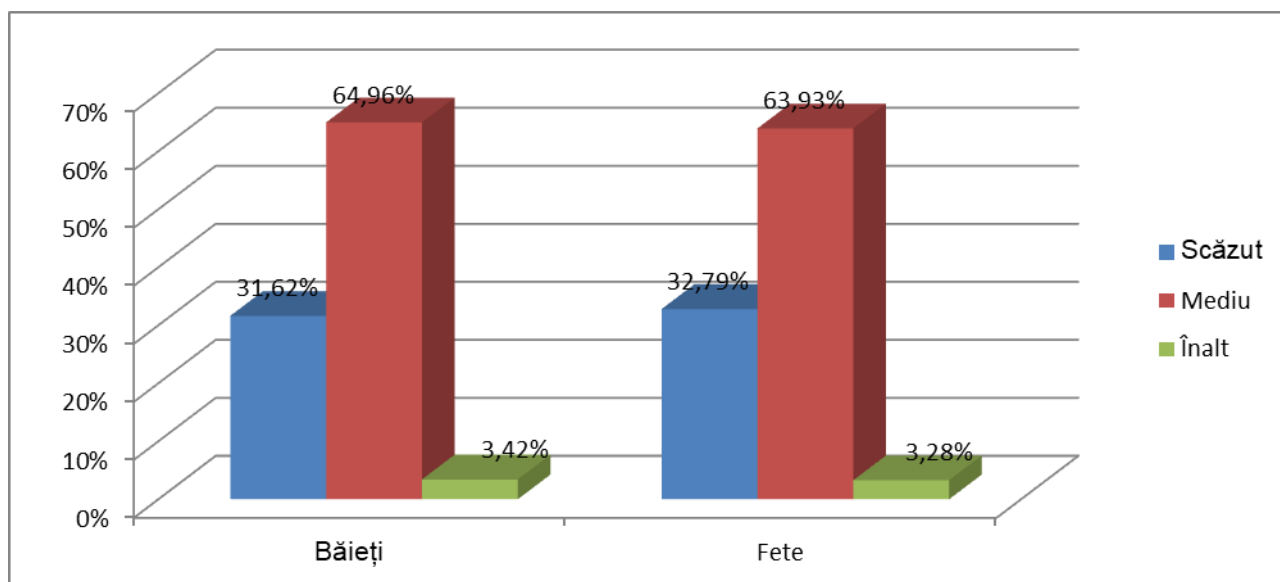


Fig. 2.11. Distribuția rezultatelor privind nivelul capacității de atingere a scopului, factorul generalizare, la preadolescenții supuși experimentului în funcție de gen

Datele prezentate în figura de mai sus, ne permit să remarcăm o mică diferență, nesemnificativă, în distribuția datelor la lotul format din preadolescenți și preadolescente. Așadar, un indice puțin mai înalt de 32,79% din preadolescenții de gen feminin au un nivel scăzut de atingere a scopului, sub aspectul factorului generalizare, comparativ cu 31,62% din preadolescenții de gen masculin. Privitor la nivelul mediu al capacității de atingere a scopului, sub aspectul factorului generalizare, putem să observăm un indice puțin mai înalt la preadolescenți, de 64,96%, comparativ cu cel al preadolescentelor, care e de 63,93%. Constatăm un indice aproape identic de 3,42% la preadolescenți și 3,28% la preadolescente pentru nivelul înalt al capacității de atingere a scopului, sub aspectul factorului generalizare.

Studiul constatativ a cuprins analiza frecvențelor pentru capacitatea de atingere a scopului, factorul generalizare la preadolescenți în dependență de vârstă. Frecvențele la preadolescenții de 10 – 12 ani, preadolescenții de 13 ani și cei de 14 – 15 ani pentru capacitatea de atingere a scopului sunt expuse în figura 2.12.

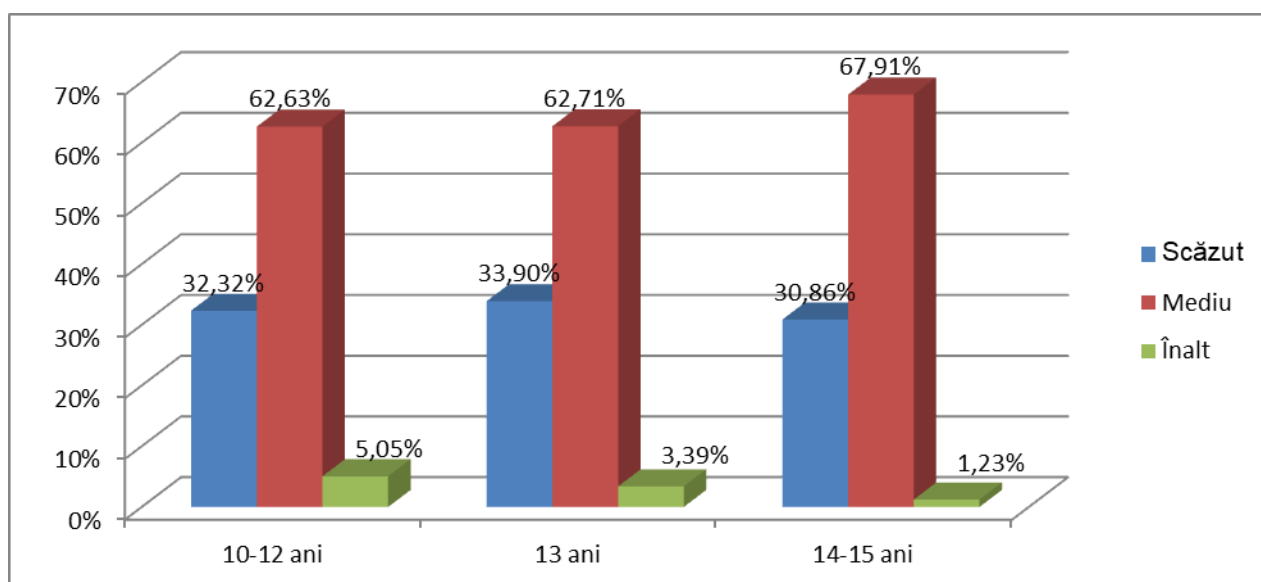


Fig. 2.12. Distribuția rezultatelor privind nivelul capacității de atingere a scopului, factorul generalizare, la preadolescenții supuși experimentului în funcție de vârstă

Analizând distribuția datelor prezentate în figura de mai sus, remarcăm că preadolescenții de 13 ani au cea mai ridicată frecvență (33,90%) ce corespunde nivelului scăzut al capacității de atingere a scopului, sub aspectul factorului generalizare, comparativ cu 32,32% din preadolescenții cu vârsta cuprinsă între 10 – 12 ani și 30,86% din preadolescenții cu vârsta cuprinsă între 14 – 15 ani. Frecvența cea mai înaltă a nivelului mediu al capacității de atingere a scopului, sub aspectul factorului generalizare, îl observăm la preadolescenții de 14 – 15 ani și anume 67,91%, fiind urmați de preadolescenții de 13 ani cu 62,71% și cei de 10 – 12 ani cu 62,63%. Pentru nivelul înalt al capacității de atingere a scopului, sub aspectul factorului

generalizare, remarcăm o descreștere a frecvenței în funcție de vârstă, și anume preadolescenții de 10 – 12 ani prezintă: 5,05%, cei de 13 ani: 3,39% și cei de 14 – 15 ani: 1,23%.

O asociere de calități ale voinței sunt curajul și capacitatea de a lua decizii. Curajul semnifică puterea și îndrăzneala cu care preadolescentul înfruntă și depășește dificultățile și obstacolele de orice natură. De asemenea am putea menționa că, curajul este fermitatea pe care o demonstrează preadolescenții în acțiuni. Capacitatea de a lua decizii este un proces de identificare și selectare a opțiunilor în urma examinării de către preadolescent a unei anumite probleme, situații sau circumstanțe. Curajul și capacitatea de luare a deciziilor sunt importante în adaptarea preadolescentului la procesul de învățare și în orice activități întreprinse de acesta, precum și în autorealizare [61, 87].

Rezultatele preadolescenților pentru cele trei niveluri de manifestare ale curajului și a capacității de a lua decizii, asociate factorului de expresivitate sunt înfățișate în figura 2.13.

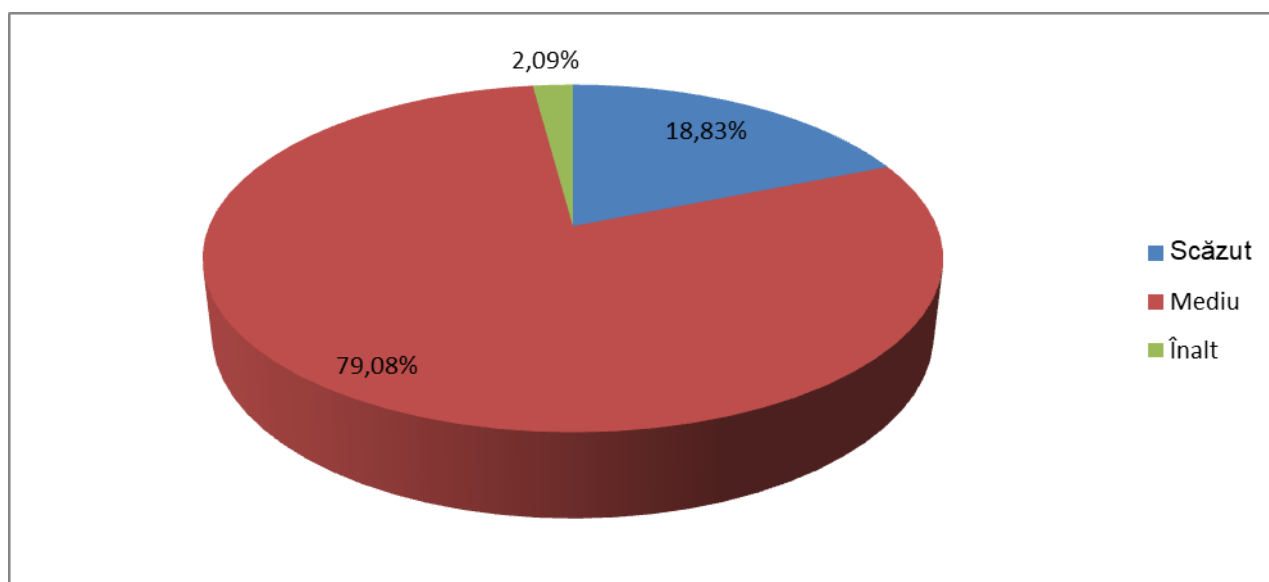


Fig. 2.13. Distribuția rezultatelor privind nivelul curajului și a capacității de a lua decizii, factorul expresivitate, la preadolescenții supuși experimentului

Astfel, 18,83% din preadolescenți prezintă nivel scăzut al curajului și a capacității de a lua decizii, sub aspectul factorului expresivitate. Aceștia se caracterizează printr-o slabă exprimare a curajului și oscilează în ceea ce privește luarea deciziilor. De obicei acești preadolescenți ezită, chiar dacă deciziile ar fi utile, iar dacă totuși iau decizii, nu le respectă întocmai.

Cei mai mulți din preadolescenți – 79,08% au un nivel mediu al curajului și a capacității de a lua decizii, sub aspectul factorului expresivitate. Reacțiile de curaj, îndrăzneală și dârzenie sunt fragmentare și situaționale. Deciziile luate de acești preadolescenți sunt respectate în mare parte. Câteodată ei oscilează pentru una dintre alternative și pentru strategia de aplicare a deciziei.

Un procent foarte mic de preadolescenți și anume 2,09%, demonstrează nivel înalt de exprimare a curajului și a capacității de a lua decizii, sub aspectul factorului expresivitate. Ei sunt capabili să manifeste îndrăzneală și vitejie, să fie fermi și hotărâți. În plus la aceste caracteristici vom adăuga și ușurința cu care aceștia iau decizii și promptitudinea în exprimarea clară a deciziilor luate.

În vederea determinării prezenței unei relații între capacitatea de atingere a scopului, sub aspectul factorului expresivitate și a curajului și a capacității de a lua decizii, sub aspectul factorului expresivitate, am calculat coeficientul de corelație Pearson. Coeficientul de corelație și pragul de semnificație sunt incluși în tabelul 2.3.

Tabelul 2.3. Interrelația între capacitatea de atingere a scopului, factorul E și curajul și capacitatea de a lua decizii, factorul E la preadolescenți după Pearson

<i>Variabilele cercetării</i>	<i>Coeficientul de corelație</i>	<i>Pragul de semnificație</i>
Capacitatea de atingere a scopului, factorul E / Curajul și capacitatea de a lua decizii, factorul E	0,3353	$p \leq 0,01$

Tabelul 2.3. atestă existența unei legături între capacitatea de atingere a scopului, sub aspectul factorului expresivitate și a curajului și capacității de a lua decizii, sub aspectul factorului expresivitate, care se confirmă prin coeficientul de corelație ($r=0,3353$, $p \leq 0,01$). Menționăm că preadolescenții cu nivelul înalt al capacității de atingere a scopului, sub aspectul factorului expresivitate manifestă și un nivel înalt al curajului și a capacității de a lua decizii, sub aspectul factorului expresivitate.

Demersul constatativ a continuat cu examinarea frecvențelor pentru curaj și capacitate de a lua decizii, factorul expresivitate la preadolescenți în dependență de gen. Frecvențele preadolescenților și cele ale preadolescentelor sunt prezentate în figura 2.14.

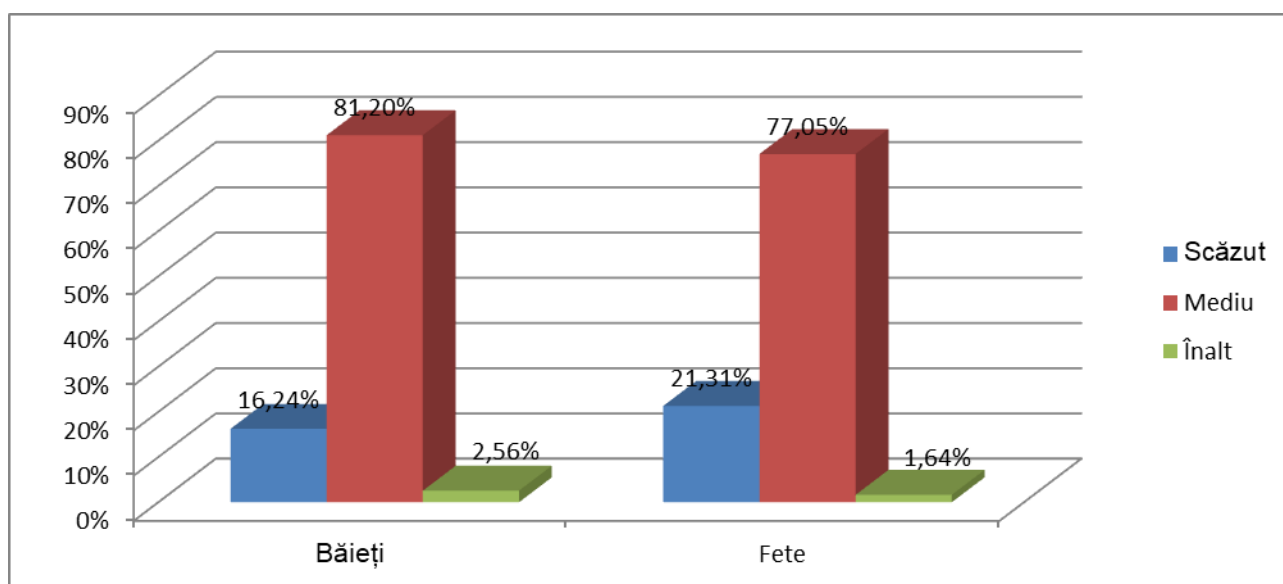


Fig. 2.14. Distribuția rezultatelor privind nivelul curajului și a capacității de a lua decizii, factorul expresivitate, la preadolescenții supuși experimentului în funcție de gen

Frecvențele din figura 2.14. ne indică prezența diferențelor între preadolescenți și preadolescente. Vom menționa că nivelul scăzut al curajului și a capacității de a lua decizii, factorul expresivitate se întâlnește în frecvență mai ridicată la preadolescente comparativ cu preadolescenții (21,31% și 16,24%). O tendință inversă se atestă la nivelul mediu al curajului și a capacității de a lua decizii, factorul expresivitate: 81,20% din preadolescenți și 77,05% din preadolescente demonstrează acest nivel. Un număr foarte mic de preadolescenți și preadolescente prezintă nivelul înalt al curajului și a capacității de a lua decizii, factorul expresivitate (2,56% din preadolescenți și 1,64% din preadolescente).

Investigațiile noastre au evidențiat frecvențele pentru curaj și capacitate de a lua decizii, factorul expresivitate la preadolescenți în dependență de vârstă. Frecvențele la preadolescenții de 10 – 12 ani, preadolescenții de 13 ani și cei de 14 – 15 ani pentru curaj și capacitatea de a lua decizii pot fi vizualizate în figura 2.15.

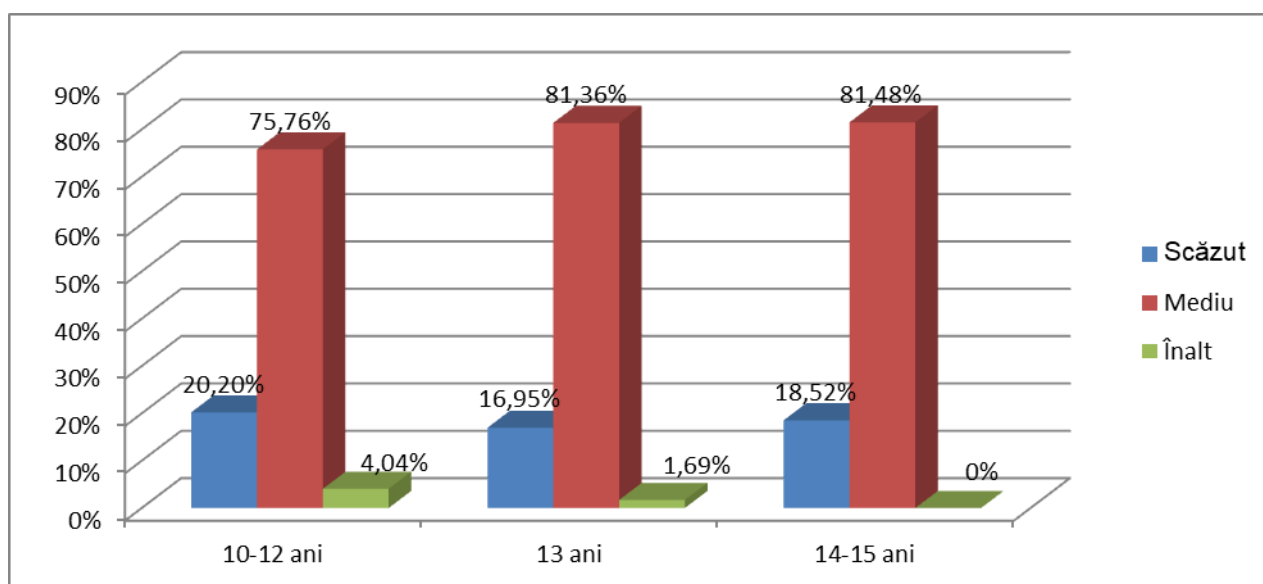


Fig. 2.15. Distribuția rezultatelor privind nivelul curajului și a capacității de a lua decizii, factorul expresivitate, la preadolescenții supuși experimentului în funcție de vârstă

Analizând distribuția frecvențelor prezentate în figura de mai sus, observăm că preadolescenții de 10 – 12 ani au un indice de 20,20% ce corespunde nivelului scăzut al curajului și a capacității de luare a deciziilor, sub aspectul factorului expresivitate, comparativ cu 18,52% din preadolescenții cu vârsta cuprinsă între 14 – 15 ani și 16,95% din preadolescenții cu vârsta de 13 ani. Pentru nivelul mediu al curajului și a capacității de a lua decizii, factorul expresivitate atestăm o creștere a frecvențelor de la începutul vârstei spre sfârșitul vârstei preadolescente (preadolescenții de 10 – 12 ani: 75,76%, preadolescenții de 13 ani: 81,36% și preadolescenții de 14 – 15 ani: 81,48%). Nivelul înalt al curajului și a capacității de a lua decizii, cu factorul expresivitate îl observăm în frecvențe deosebit de mici doar la preadolescenții de 10 – 12 ani și cei de 13 ani (4,04% și 1,69%).

Am investigat calitățile curajul și capacitatea de a lua decizii sub aspectul factorului generalizare. Rezultatele pentru curajul și capacitatea de a lua decizii, factorul generalizare la preadolescenți sunt arătate în figura 2.16.

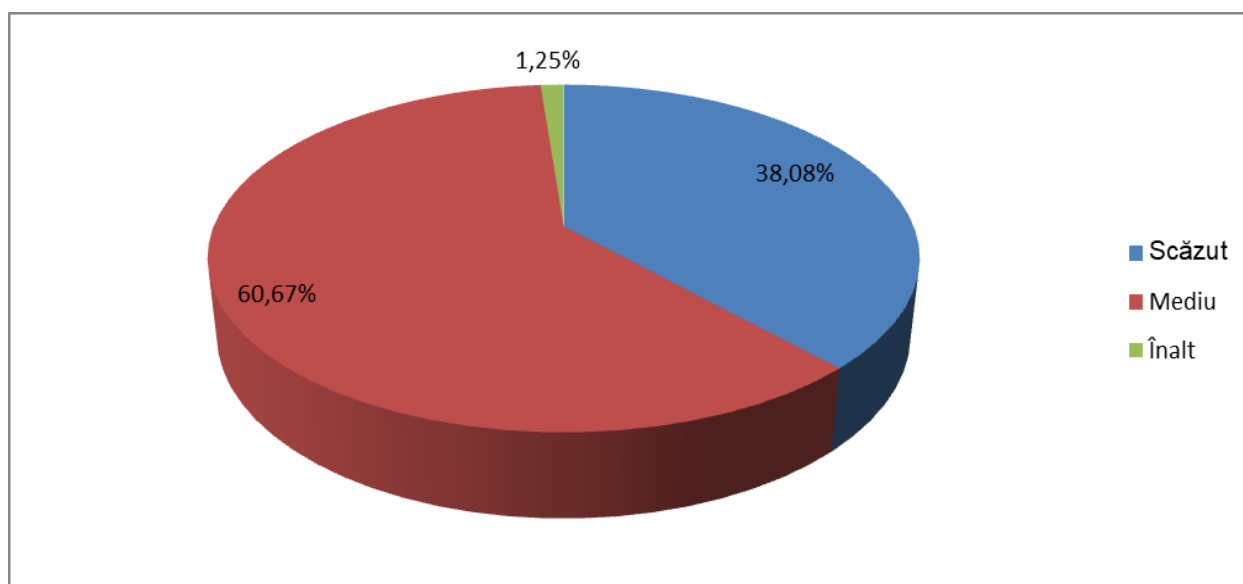


Fig. 2.16. Distribuția rezultatelor privind nivelul curajului și a capacității de a lua decizii, factorul generalizare, la preadolescenții supuși experimentului

38,08% din preadolescenți manifestă nivel scăzut al curajului și a capacității de a lua decizii, sub aspectul factorului generalizare. Aceștia se caracterizează printr-o slabă extindere a curajului și a capacității de a lua decizii în mai multe aspecte ale vieții și activității preadolescenților, ce necesită folosirea acestor calități. Preadolescenții din această categorie sunt indeciși și nu își manifestă curajul la modul general. Respectarea deciziilor luate cu privire la o varietate de probleme apărute în decursul dezvoltării acestor preadolescenți are de suferit.

Peste jumătate din preadolescenți (60,67%) se caracterizează prin nivel mediu al curajului și a capacității de a lua decizii, sub aspectul factorului generalizare. Preadolescenții cu nivel mediu de extindere al curajului și a capacității de a lua decizii, se caracterizează prin capacitatea de a lua decizii și de a respecta, în mare măsură, deciziile luate, la modul general. Câteodată, aceștia fluctuează pentru una din alternative și pentru alegerea metodei de implementare a deciziei, ce ține de o varietate de aspecte ale vieții lor.

Consemnăm că doar 1,25% din preadolescenți prezintă nivel înalt al curajului și a capacității de a lua decizii, sub aspectul factorului generalizare. Făcând referire la acești preadolescenți evidențiem că ei sunt operativi în luarea deciziilor legate de o varietate de subiecte și dau dovadă de dârzenie la modul general.

Cu scopul identificării interrelației între calitățile volitive de curaj și capacitatea de a lua decizii, sub aspectul factorului expresivitate și a curajului și a capacității de a lua decizii, sub aspectul factorului generalizare, am realizat calculul coeficientului de corelație Pearson. Coeficientul de corelație și pragul de semnificație sunt prezentați în tabelul 2.4.

Tabelul 2.4. Interrelația între curaj și capacitatea de a lua decizii factorul E și curajul și capacitatea de a lua decizii, factorul G la preadolescenți după Pearson

<i>Variabilele cercetării</i>	<i>Coeficientul de corelație</i>	<i>Pragul de semnificație</i>
Curaj și capacitatea de a lua decizii factorul E / Curajul și capacitatea de a lua decizii, factorul G	$r=0,2681$	$p\leq 0,01$

Tabelul 2.4. indică prezența interrelației între curaj și capacitatea de a lua decizii sub aspectul factorului expresivitate și a curajului și capacității de a lua decizii, sub aspectul factorului generalizare, confirmată prin coeficientul de corelație ($r=0,2681$, $p\leq 0,01$). Remarcăm faptul că preadolescenții cu un nivel înalt al curajului și a capacității de a lua decizii, sub aspectul factorului expresivitate au un nivel înalt al curajului și a capacității de a lua decizii, sub aspectul factorului generalizare.

În continuare demersul experimental s-a oprit la evidențierea frecvențelor pentru curajul și capacitatea de a lua decizii, factorul generalizare la preadolescenți în dependență de gen. Frecvențele pentru curajul și capacitatea de a lua decizii, factorul generalizare sunt expuse în figura 2.17.

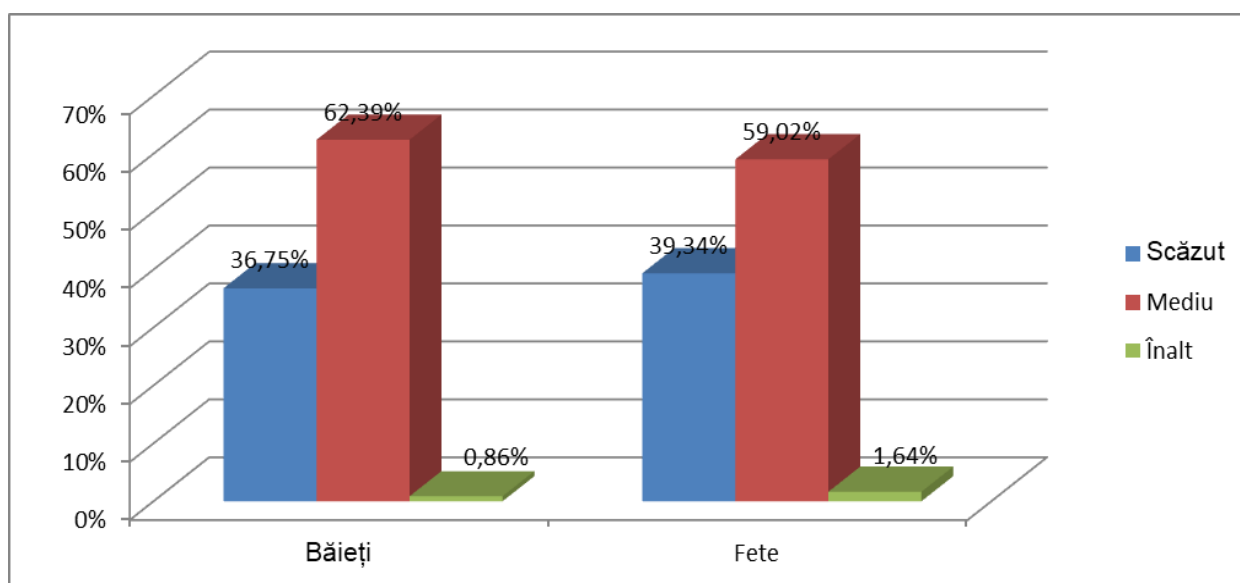


Fig. 2.17. Distribuția rezultatelor privind nivelul curajului și a capacității de a lua decizii, factorul generalizare, la preadolescenții supuși experimentului în funcție de gen

Urmărind și analizând frecvențele preadolescenților și cele ale preadolescentelor pentru curajul și a capacitatea de a lua decizii, factorul generalizare atestăm că pentru nivelul scăzut și înalt, frecvențele mai ridicate se înregistrează la preadolescente (39,34% și 1,64%) spre deosebire de preadolescenți (62,39% și 0,86%). În cazul nivelului mediu al curajului și a

capacității de a lua decizii, factorul generalizare evidențiem o frecvență mai ridicată la preadolescenți comparativ cu cea a preadolescentelor (62,39% și 59,02%).

Demersul întreprins cuprinde rezultatele pentru curajul și capacitatea de a lua decizii, factorul generalizare la preadolescenți în dependență de vârstă. Frecvențele pentru curajul și capacitatea de a lua decizii la preadolescenții 10 – 12 ani, preadolescenții de 13 ani și preadolescenții de 14 – 15 ani pot fi vizualizate în figura 2.18.

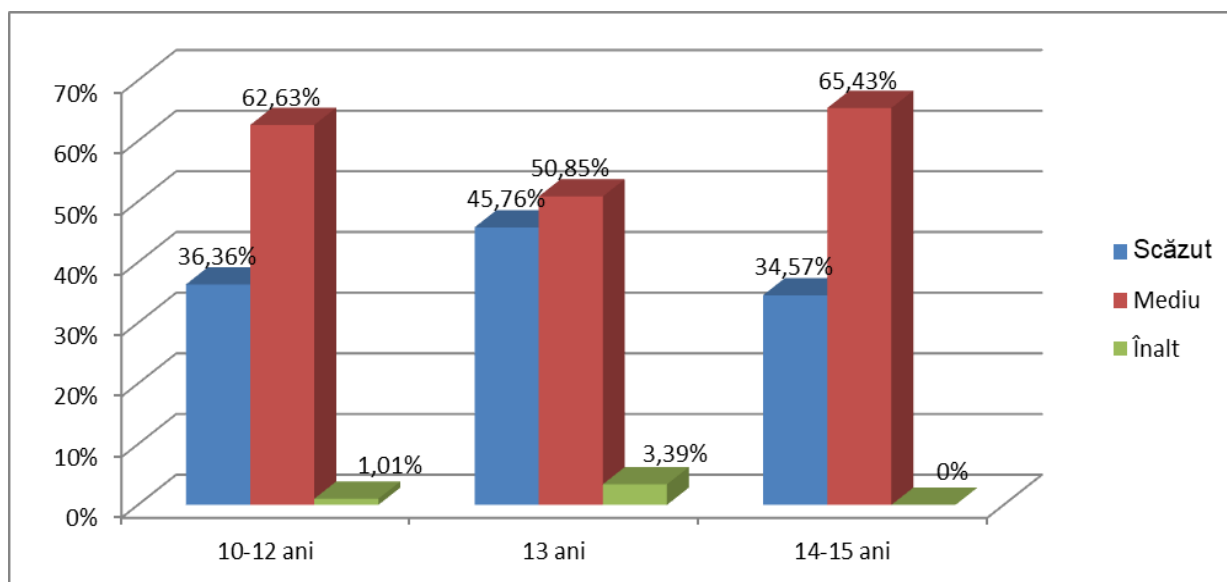


Fig. 2.18. Distribuția rezultatelor privind nivelul curajului și a capacității de a lua decizii, factorul generalizare, la preadolescenții supuși experimentului în funcție de vârstă

Frecvențele pentru nivelul scăzut al curajului și a capacitatea de a lua decizii, factorul generalizare cresc de la preadolescenții de 10 – 12 ani (36,36%) spre preadolescenții de 13 ani (45,76%) și descresc către sfârșitul vârstei preadolescente (preadolescenții de 14 – 15 ani) (34,57%). În ceea ce privește nivelul mediu al curajului și a capacității de a lua decizii, factorul generalizare frecvențele cele mai mari le atestăm la preadolescenții de 14 – 15 ani (64,53%) și preadolescenții de 10 – 12 ani (62,63%) spre deosebire de preadolescenții de 13 ani (50,85%). Pentru nivelul ridicat al curajului și a capacității de a lua decizii, factorul generalizare sunt caracteristice frecvențe extrem de mici la preadolescenții de 10 – 12 ani (1,01%) și preadolescenții de 13 ani (3,39%).

Perseverența și fermitatea reprezintă încă o îmbinare a calităților volitive. Perseverența poate fi definită prin continuarea îndeplinirii unei acțiuni în ciuda tuturor obstacolelor întâmpinate. Perseverența la preadolescenți cuprinde consecvența și stăruința cu răbdare și convingerea într-o anumită acțiune. Fermitatea ca și calitate a voinței la preadolescenți se exprimă în consecvență și linearitate în conduită. Fermitatea presupune o anumită poziție morală

și aplicarea acesteia cu consecvență în ciuda oricăror influențe și dificultăți care ar putea să apară [11, 81].

Continuăm cu expunerea rezultatelor pentru perseverență și fermitate, factorul expresivitate la preadolescenți. Rezultatele pentru perseverență și fermitate la preadolescenți sunt prezentate în figura 2.19.

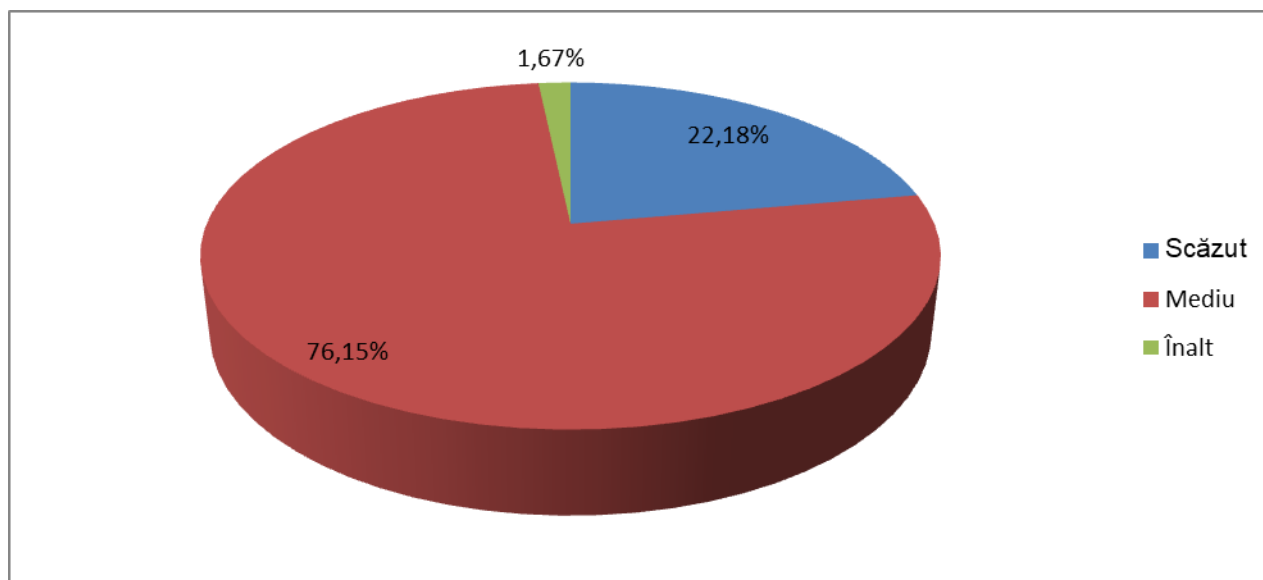


Fig. 2.19. Distribuția rezultatelor privind nivelul perseverenței și a fermității, factorul expresivitate, la preadolescenții supuși experimentului

22,18% dintre preadolescenți prezintă nivel scăzut al perseverenței și fermității, sub aspectul factorului expresivitate. Acești preadolescenți sunt caracterizați prin faptul că piedicile și obstacolele apărute sunt de nedepășit, de aceea nu consideră că ar trebui să depună mai mult efort. Ei nu înțeleg pe deplin care este importanța și consecințele deciziilor, pe care ar trebui să le ia. Le este frică de urmările deciziilor și de rezultatele lor. Nu au suficiente forțe pentru a învinge gândurile și sentimentele contradictorii, nu manifestă statornicie și stabilitate.

Majoritatea preadolescenților (76,15%) au nivel mediu de dezvoltare al perseverenței și fermității, sub aspectul factorului expresivitate. Preadolescenții prezintă capacități mediu dezvoltate în urmărirea consecvență a scopului stabilit și a depășirii dificultăților apărute. Uneori sunt ezitanți în luarea deciziilor necesare pentru a urma un scop anume. În plus evidențiem că ei dau dovadă de intransigență, instabilitate, nesiguranță și îndoială în multiple situații și circumstanțe.

În ceea ce privește nivelul înalt al perseverenței și fermității, sub aspectul expresivității, observăm că un procent destul de mic (1,67%) dintre preadolescenți, manifestă acest nivel. Aceștia nu se opresc în fața obstacolelor sau a insucceselor, nu cedează în fața sentimentelor de ezitare și a împotrivirii din partea altor persoane. Statornicia, consecvența și invariabilitatea în

acțiunile întreprinse, precum și în comportament sunt caracteristici importante de care acești preadolescenți dau dovadă.

Pentru determinarea existența unei relații între capacitatea de atingere a scopului, sub aspectul factorului expresivitate și a perseverenței și fermității, sub aspectul factorului expresivitate la preadolescenți, am recurs la calculul coeficientului de corelație Pearson. Coeficientul de corelație și pragul de semnificație sunt expuși în tabelul 2.5.

Tabelul 2.5. Interrelația între capacitatea de atingere a scopului, factorul E și perseverența și fermitatea, factorul E la preadolescenți după Pearson.

<i>Variabilele cercetării</i>	<i>Coeficientul de corelație</i>	<i>Pragul de semnificație</i>
Capacitatea de atingere a scopului, factorul E / Perseverența și fermitatea, factorul E	$r=0,3049$	$p\leq 0,01$

Tabelul 2.5 evidențiază prezența unei relații între capacitatea de atingere a scopului, sub aspectul factorului expresivitate și a perseverenței și fermității, sub aspectul factorului expresivitate, care este probată prin coeficientul de corelație ($r=0,3049$, $p\leq 0,01$). Precizăm că preadolescenții cu un nivel înalt al capacității de atingere a scopului, sub aspectul factorului expresivitate dețin și un nivel înalt al perseverenței și fermității, sub aspectul factorului expresivitate.

Figura 2.20. conține frecvențele pentru perseverență și fermitate, factorul expresivitate la preadolescenți și preadolescente.

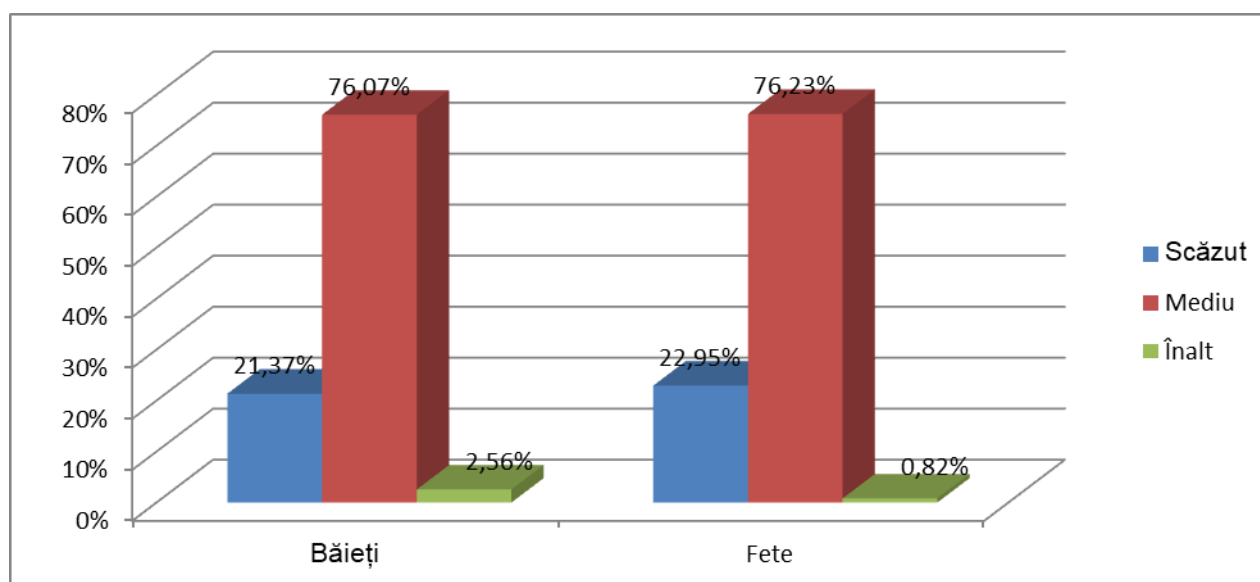


Fig. 2.20. Distribuția rezultatelor privind nivelul perseverenței și a fermității, factorul expresivitate, la preadolescenții supuși experimentului în funcție de gen

Frecvența cea mai ridicată la nivelul scăzut al perseverenței și fermității, factorul expresivitate este caracteristică preadolescentelor (22,95%), o frecvență apropiată este și cea a preadolescenților (21,37%). Similare sunt și frecvențele preadolescenților cu cele ale preadolescentelor pentru nivelul mediu al perseverenței și fermității, factorul expresivitate (76,06% și 76,23%). La nivelul înalt al perseverenței și fermității, factorul expresivitate o frecvență mai mare atestăm la preadolescenți (2,56%) spre deosebire de preadolescente (0,82%).

În continuare în figura 2.21. vom expune frecvențele pentru perseverență și fermitate, factorul expresivitate la preadolescenții de 10 – 12 ani, preadolescenții de 13 ani și preadolescenții de 14 – 15 ani.

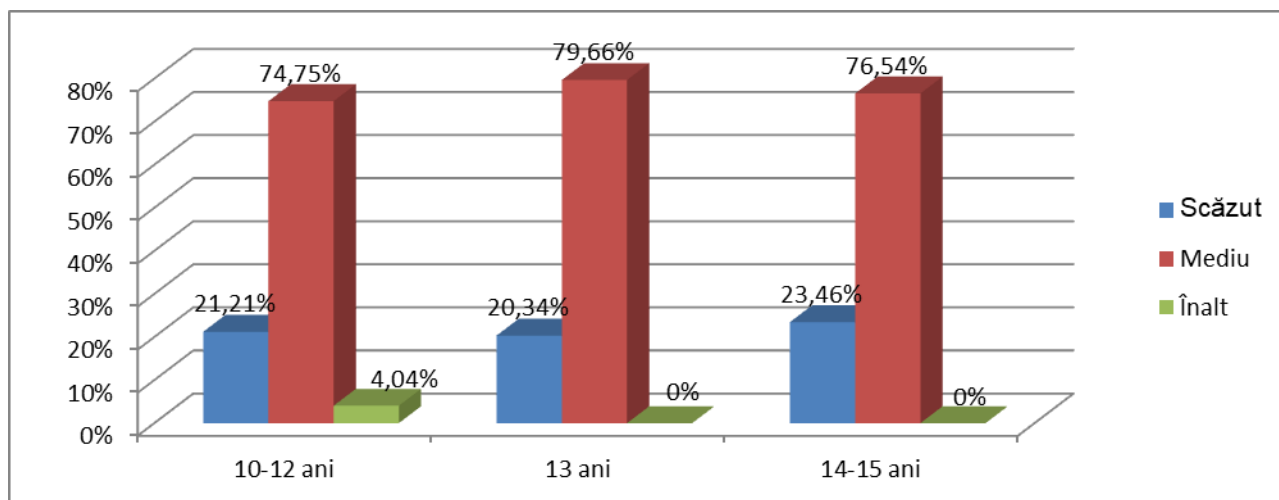


Fig. 2.21. Distribuția rezultatelor privind nivelul perseverenței și a fermității, factorul expresivitate, la preadolescenții supuși experimentului în funcție de vârstă

Frecvențele din figura 2.21. ne permite să observăm că preadolescenții de 14 – 15 ani au un indice de 23,46% ce corespunde nivelului scăzut al perseverenței și fermității, sub aspectul factorului expresivitate, comparativ cu 21,21% dintre preadolescenții cu vârsta cuprinsă între 10 – 12 ani și 20,34% dintre preadolescenții cu vârsta de 13 ani. Frecvența cea mai înaltă a nivelului mediu al perseverenței și fermității, sub aspectul factorului expresivitate, o atestăm la preadolescenții de 13 ani și anume 79,66%, fiind urmați de preadolescenții de 14 – 15 ani cu 76,54% și cei de 10 – 12 ani cu 74,75%. Pentru nivelul înalt al perseverenței și fermității, sub aspectul factorului de expresivitate, remarcăm că doar preadolescenții de 10 – 12 ani se integrează în această categorie, prezentând 4,04%.

Pentru perseverență și fermitate, factorul expresivitate, după testul T-student se atestă diferențe semnificative statistic între rezultatele preadolescenților de 10 – 12 ani (media=22,81 u.m.) și cele ale preadolescenților de 13 ani (media=21,51 u.m.) ($T=2,1$, $p \leq 0,05$), cu media mai mare la preadolescenții de 10 – 12 ani. Vom menționa că preadolescenții de 10 – 12 ani se

caracterizează prin perseverență și fermitate mai dezvoltate comparativ cu preadolescenții de 13 ani. Această diferență poate fi explicată prin faptul că preadolescenții de 10 – 12 ani depun mai mult efort în realizarea scopurilor propuse, comparativ cu cei de 13 ani. Ei sunt mai consecvenți și tenace, astfel reușesc să-și îmbunătățească abilitățile, devenind în același timp mai productivi. Adicional, menționăm faptul că preadolescenții de 13 ani parcurg o etapă marcată de criză, ce este însoțită de anumite schimbări emoționale și comportamentale precum dezechilibru emoțional, anxietatea, rigiditatea, provocarea situațiilor de conflict, nerespectarea regulilor sau a obligațiilor. Așadar, astfel poate fi explicat motivul pentru care preadolescenții de 13 ani au un nivel mai scăzut al perseverenței și fermității.

Rezultatele din figura 2.22. evidențiază prezența perseverenței și a fermității, sub aspectul factorului generalizare la toți preadolescenții supuși experimentului.

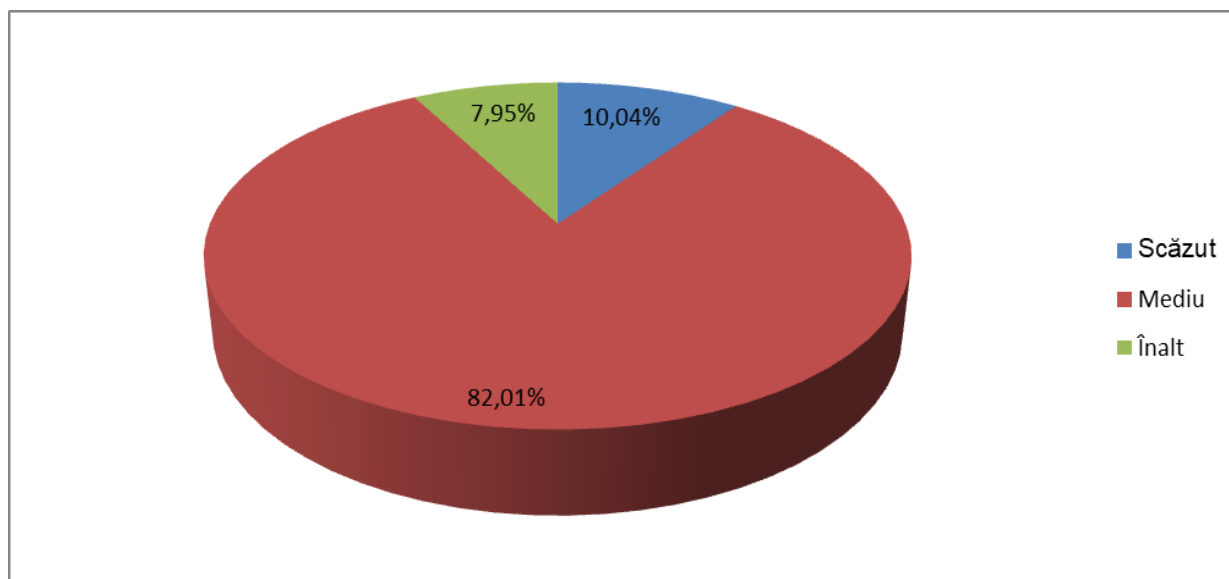


Fig. 2.22. Distribuția rezultatelor privind nivelul perseverenței și a fermității, factorul generalizare, la preadolescenții supuși experimentului

10,04% dintre preadolescenți manifestă un nivel scăzut al perseverenței și fermității, sub aspectul factorului generalizare. Preadolescenții cu nivel scăzut al perseverenței și fermității, factorul generalizare se caracterizează prin faptul că abandonează cu ușurință scopurile propuse într-o multitudine de aspecte ale vieții și activității lor. Ei sunt absorbiți de sentimente contradictorii, care îi împiedică să avanseze. Nu au suficiente forțe pentru a persevera și a învinge temerile și obstacolele apărute în calea realizării proiectelor propuse în toate domeniile de dezvoltare și de activitate.

82,01% din preadolescenți, ceea ce reprezintă frecvența cea mai înaltă din distribuția acestor date, și anume prezintă nivel mediu de dezvoltare al perseverenței și fermității, sub aspectul factorului generalizare. Preadolescenților din această categorie, le este greu să

depășească eșecurile și dificultățile apărute în realizarea obiectivelor lansate în mai multe arii de dezvoltare și de activitate. Uneori ezită în luarea deciziilor necesare îndeplinirii scopurilor și sunt nevoiți să renunțe la obiectivele date.

În ceea ce privește nivelul înalt al perseverenței și fermității, sub aspectul factorului generalizare, observăm că un procent de 7,95% dintre preadolescenți manifestă un grad înalt al perseverenței și fermității, sub aspectul factorului de generalizare. Aceștia sunt foarte persistenți în executarea oricăror scopuri propuse, în toate aspectele vieții sau activității lor. Ei sunt fermi și depășesc cu ușurință obstacolele pentru a-și realiza scopurile propuse, la modul general.

În continuare ne-am propus să evidențiem dacă există o relație între capacitatea de atingere a scopului, sub aspectul factorului expresivitate și a perseverenței și fermității, sub aspectul factorului generalizate, între curajul și capacitatea de a lua decizii, sub aspectul factorului expresivitate și a perseverenței și fermității, sub aspectul factorului generalizare, între perseverență și fermitate, sub aspectul factorului expresivitate și a perseverenței și fermității, sub aspectul factorului generalizare, am identificat coeficienții de corelație Pearson. Coeficienții de corelație și pragurile de semnificație sunt ilustrați în tabelul 2.6.

Tabelul 2.6. Interrelația între capacitatea de atingere a scopului, factorul E și perseverența și fermitatea, factorul G, curajul și capacitatea de a lua decizii, factorul E și perseverența și fermitatea, factorul G, și perseverența și fermitatea, factorul E și perseverența și fermitatea, factorul G la preadolescenți după Pearson

<i>Variabilele cercetării</i>	<i>Coeficientul de corelație</i>	<i>Pragul de semnificație</i>
Capacitatea de atingere a scopului, factorul E / Perseverența și fermitatea, factorul G	$r=0,2630$	$p\leq 0,01$
Curaj și capacitatea de a lua decizii, factorul E / Perseverența și fermitatea, factorul G	$r=0,2778$	$p\leq 0,01$
Perseverența și fermitatea, factorul E / Perseverența și fermitatea, factorul G	$r=0,3217$	$p\leq 0,01$

În tabelul de mai sus identificăm interrelații între capacitatea de atingere a scopului, sub aspectul factorului expresivitate și a perseverenței și fermității, sub aspectul factorului generalizare, ($r=0,2630$, $p\leq 0,01$); între curajul și capacitatea de a lua decizii, sub aspectul factorului expresivitate și perseverența și fermitatea, sub aspectul factorului generalizare ($r=0,2778$, $p\leq 0,01$) și între perseverență și fermitate, sub aspectul factorului expresivitate și

perseverența și fermitatea, sub aspectul factorului generalizare ($r=0,3217$, $p\leq 0,01$). Interrelațiile stabilite ne permit să menționăm că preadolescenții cu un nivel înalt al capacității de atingere a scopului, sub aspectul factorului expresivitate demonstrează un nivel înalt al perseverenței și fermității, sub aspectul factorului generalizate. Preadolescenții cu un nivel înalt a curajului și capacității de a lua decizii, sub aspectul factorului expresivității au un nivel înalt al perseverenței și fermității, sub aspectul factorului generalizare. Și preadolescenții cu un nivel înalt al perseverenței și fermității, sub aspectul factorului expresivitate demonstrează nivel înalt al perseverenței și fermității, sub aspectul factorului generalizare.

Frecvențele pentru nivelurile perseverenței și a fermității, factorul generalizare la preadolescenți și preadolescente sunt ilustrate în figura 2.23.

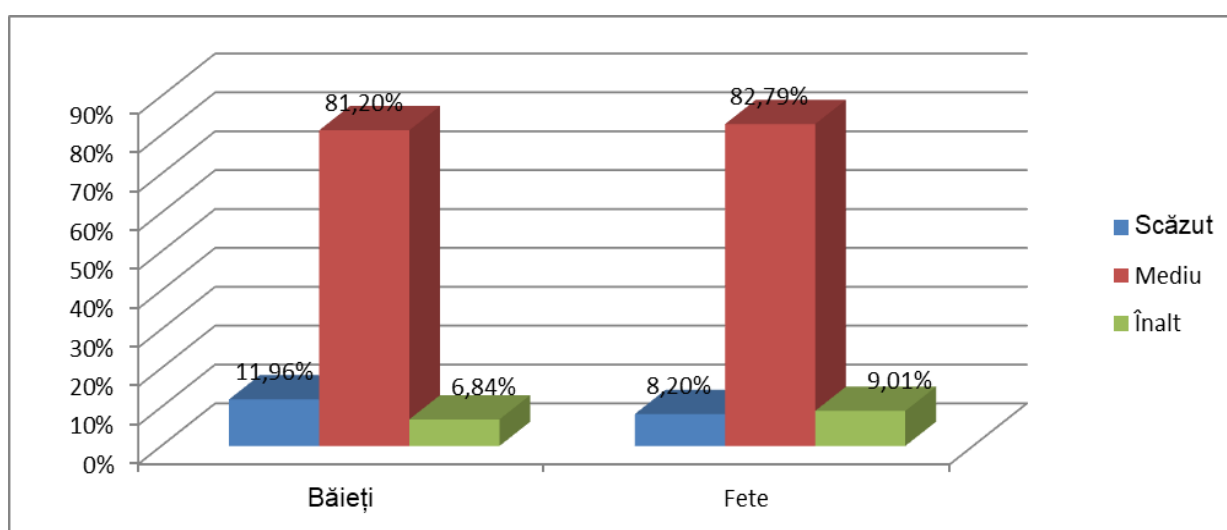


Fig. 2.23. Distribuția rezultatelor privind nivelul perseverenței și a fermității, factorul generalizare, la preadolescenții supuși experimentului în funcție de gen

Analiza comparativă a frecvențelor pentru nivelurile perseverenței și a fermității, factorul generalizare ne permite să punctăm că nivelul scăzut este preponderent caracteristic preadolescenților (11,96%) spre deosebire de preadolescente (8,20%). Pentru nivelurile mediu și înalt al perseverenței și a fermității, factorul generalizare, frecvențe ridicate atestăm în rândul preadolescentelor (82,79% și 9,01%) comparativ cu preadolescenții (81,20% și 6,84%).

Figura 2.24. prezintă rezultatele pentru nivelurile perseverenței și a fermității, la factorul generalizare, la preadolescenții de diferite vârste (10 – 12 ani, 13 ani și 14 – 15 ani).

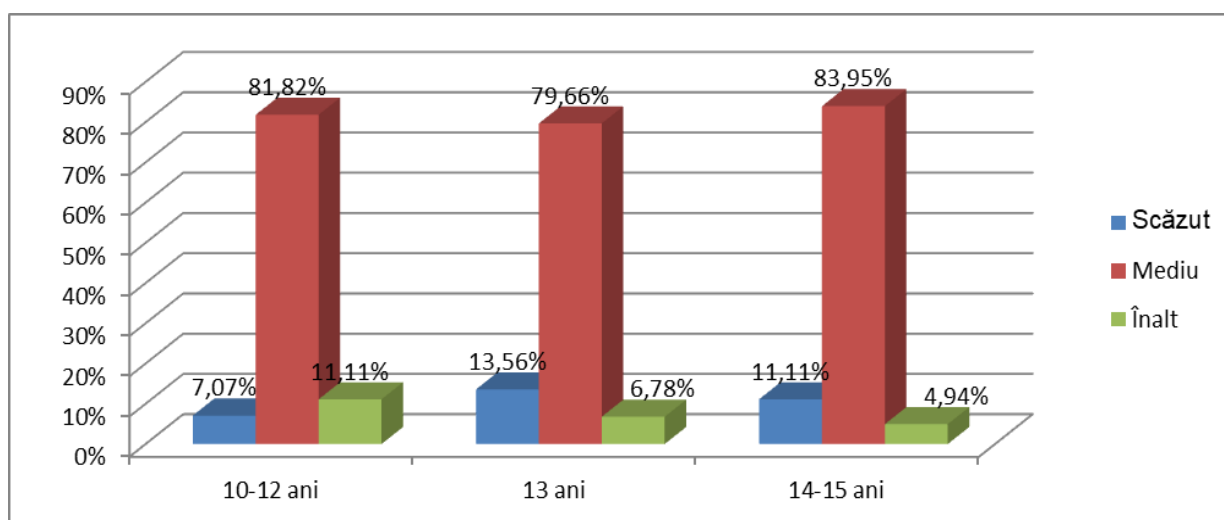


Fig. 2.24. Distribuția rezultatelor privind nivelul perseverenței și a fermității, factorul generalizare, la preadolescenții supuși experimentului în funcție de vârstă

Analizând frecvențele din figura 2.24. vom menționa că pentru nivelurile scăzut și înalt al perseverenței și al fermității, factorul generalizare se înregistrează frecvențe foarte mici. Nivelul scăzut al perseverenței și al fermității, factorul generalizare, are frecvențe mai mari la preadolescenții de 13 ani (13,56%) și preadolescenții de 14 – 15 ani (11,11%). O descreștere a frecvenței o atestăm la preadolescenții de 10 – 12 ani (7,07%). În ceea ce privește nivelul mediu al perseverenței și al fermității, factorul generalizare, se înregistrează o descreștere a frecvenței de la 10 – 12 ani spre preadolescenții de 13 ani (81,22% și 79,66%) și o creștere a acesteia în rândul preadolescenților de 14 – 15 ani (83,95%). În cazul nivelului înalt al perseverenței și al fermității, factorul generalizare, frecvențele preadolescenților descresc o dată cu vârsta de la 10 – 12 ani spre sfârșitul vârstei preadolescente (11,11%, 6,78% și 4,94%).

Statistic, după testul T-student pentru perseverență și fermitate, factorul generalizare, atestăm diferențe semnificative între rezultatele preadolescenților de 10 – 12 ani (media=25,01 u.m.) și cei de 13 ani (media=23,47 u.m.) ($T=2,3$, $p \leq 0,05$) cu media mai înaltă la preadolescenții de 10 – 12 ani. Consemnăm că preadolescenții de 10 – 12 ani manifestă perseverență și fermitate mai accentuate. Diferența consemnată sprijină legitatea evidențiată anterior, conform căreia calitățile voinței perseverența și fermitatea, sub aspectul factorul expresivitate, sunt mai dezvoltate la preadolescenții de 10 – 12 ani.

Alte două dimensiuni asociate investigate de noi în demersul constatativ este inițiativa și independența, sub aspectul celor doi factori: expresivitate și generalizare. Inițiativa reprezintă capacitatea de a direcționa atenția și efortul spre un anumit scop și implică dezvoltarea abilităților specifice pentru a susține această capacitate. Inițiativa cuprinde faptul de a propune, organiza sau de a începe o acțiune, antrenând după sine și pe cei din jur. Inițiativa reprezintă una

dintre principalele direcții de dezvoltare în perioada preadolescenței și cunoaște o dezvoltare semnificativă începând cu vârsta preadolescentină [11, 87, 122]. Independența este calitatea voinței ce permite organizarea proprie a timpului, activităților, satisfacerii dorințelor și dezideratelor, obligațiilor și responsabilităților. Dezvoltarea independenței constituie un fundament pe care se axează întreaga dezvoltare a preadolescentului [53, 61, 79, 81].

Frecvențele pentru inițiativa și independența, sub aspectul factorului expresivitate la preadolescenții din tot lotul experimental sunt prezentate în figura 2.25.

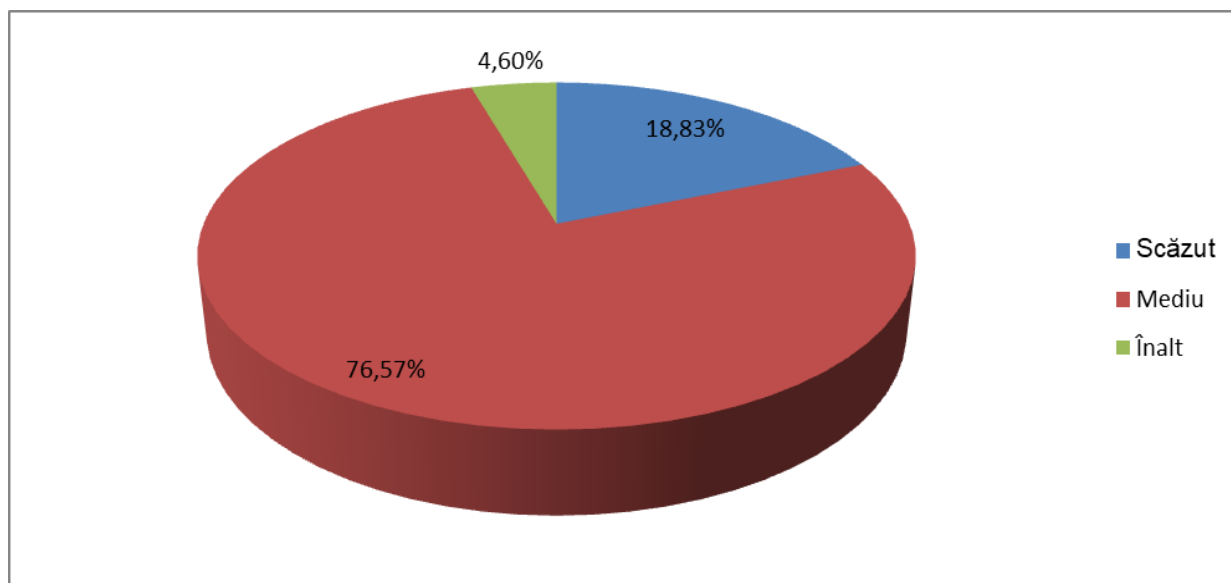


Fig. 2.25. Distribuția rezultatelor privind nivelul inițiativei și independenței, factorul expresivitate, la preadolescenții supuși experimentului

18,83% dintre preadolescenți au un nivel scăzut al inițiativei și independenței, sub aspectul factorului expresivitate. Vom menționa următoarele caracteristici ale acestor preadolescenți: sugestibilitatea și dificultățile în inițierea, organizarea, realizarea și finalizarea unei acțiuni volitive. Ei se lasă cu ușurință influențați în luarea unor decizii mai mult sau mai puțin dificile. Gândurile și faptele altora li se par mai juste, iar propriile gânduri sunt tratate cu neîncredere.

76,57% din preadolescenții dau dovadă de nivel mediu de dezvoltare al inițiativei și independenței, sub aspectul factorului expresivitate. Pentru acești elevi este definitivă capacitatea de a se consulta cu cei din exterior, în vederea inițierii unei activități, precum și necesitatea de a primi sfaturi în luarea deciziilor și în îndeplinirea și realizarea scopurilor personale. Totodată vom menționa că ei au capacitatea să cântărească sugestiile oferite de cei din jur și deciziile finale au propria lor amprentă.

Un număr foarte mic de preadolescenți (4,60%) demonstrează nivel înalt al independenței și inițiativei, sub aspectul factorului de expresivitate. Preadolescenții își schițează și inițiază activități și au abilitatea de a lansa în mod independent scopuri. Ei demonstrează o capacitate

întă de a-și orienta toată atenția și efortul spre atingerea scopurilor. Pot depăși toate obstacolele și dificultățile care apar în procesul de realizare al scopurilor, fără a avea nevoie de indicații și sugestii din partea celor din jur.

Cu scopul de a stabili prezența unor legături între capacitatea de atingere a scopului, sub aspectul factorului expresivitate și a inițiativei și independenței, sub aspectul factorului expresivitate și între perseverență și fermitate, sub aspectul factorului expresivitate și a inițiativei și independenței, sub aspectul factorului expresivitate, am utilizat coeficientul de corelație Pearson. Coeficienții de corelație și pragurile de semnificație sunt indicați în tabelul de mai jos.

Tabelul 2.7. Interrelația între capacitatea de atingere a scopului, factorul E și inițiativă și independență factorul E, perseverență și fermitate, factorul E și inițiativă și independență, factorul E la preadolescenți după Pearson

<i>Variabilele cercetării</i>	<i>Coeficientul de corelație</i>	<i>Pragul de semnificație</i>
Capacitatea de atingere a scopului, factorul E / Inițiativa și independența, factorul E	$r=0,2878$	$p\leq 0,01$
Perseverență și fermitate, factorul E / Inițiativa și independența, factorul E	$r=0,3869$	$p\leq 0,01$

Tabelul 2.7. indică prezența interrelațiilor între: capacitatea de atingere a scopului, sub aspectul factorului expresivitate și a inițiativei și independenței, sub aspectul factorului expresivitate, ($r=0,2878$, $p\leq 0,01$); perseverență și fermitate, sub aspectul factorului expresivitate și inițiativă și independență, sub aspectul factorului expresivitate ($r=0,3869$, $p\leq 0,01$). În conformitate cu coeficienții de corelației atestați, preadolescenții cu un nivel înalt al capacității de atingere a scopului, sub aspectul factorului expresivitate, demonstrează un nivel înalt al inițiativei și independenței, sub aspectul factorului expresivitate. Preadolescenții cu un nivel înalt a perseverenței și fermității, sub aspectul factorului expresivitate manifestă un nivel înalt a inițiativei și independenței, sub aspectul factorului expresivitate.

Inițiativa și independența, sub aspectul factorului expresivitate, au fost investigate în dependență de genul preadolescenților. Frecvențele pentru inițiativă și independență la preadolescenți și preadolescente pot fi vizualizate în figura 2.26.

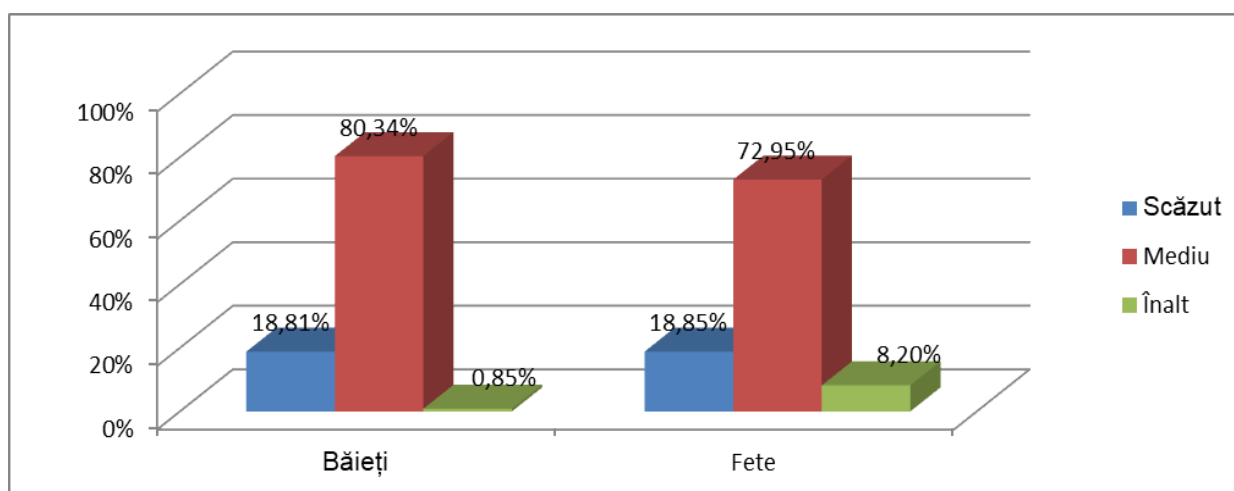


Fig. 2.26. Distribuția rezultatelor privind nivelul inițiativei și independenței, factorul Expresivitate, la preadolescenții supuși experimentului în funcție de gen

Examinarea frecvențelor pentru nivelurile inițiativei și independenței, factorul expresivitate ne permite să evidențiem următoarele tendințe: nivelul scăzut se regăsește în frecvențe similare la preadolescenți și preadolescente (18,81% și 18,85%). La nivelul mediu al inițiativei și independenței, factorul expresivitate, cea mai înaltă frecvență este caracteristică preadolescenților (80,34%) comparativ cu preadolescentele (72,95%). Un tablou invers de distribuție al frecvențelor se înregistrează pentru nivelul înalt al inițiativei și independenței, factorul expresivitate, astfel vom menționa că 8,20% din preadolescente și doar 0,85% din preadolescenți manifestă acest nivel.

Distribuția frecvențelor pentru nivelurile inițiativei și independenței, factorul expresivitate la preadolescenții de 10 – 12 ani, cei de 13 ani și cei de 14 – 15 ani sunt prezentate în continuare în figura 2.27.

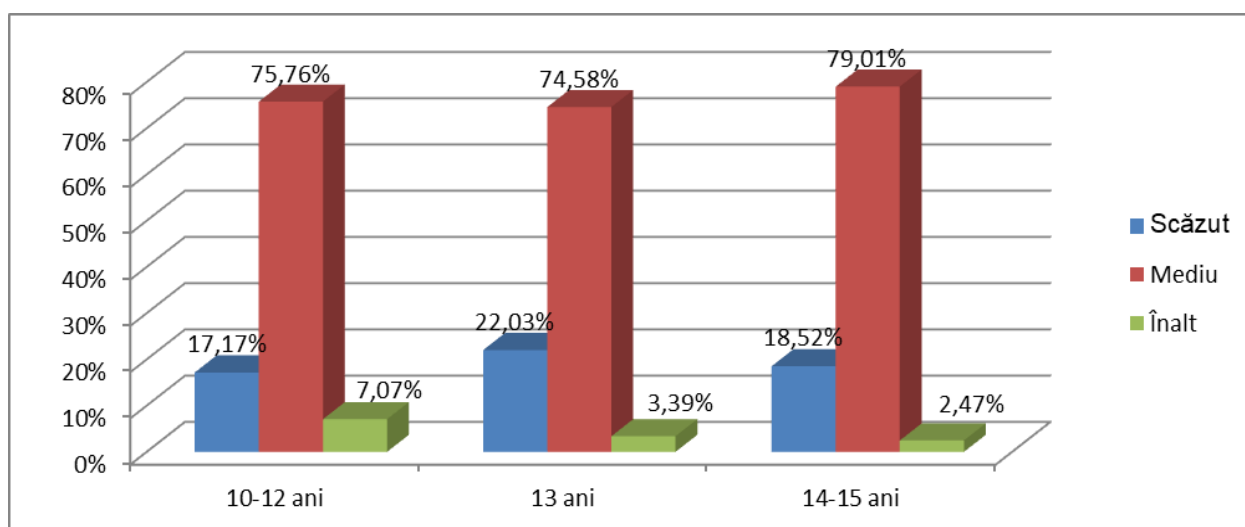


Fig. 2.27. Distribuția rezultatelor privind nivelul inițiativei și independenței, factorul Expresivitate, la preadolescenții supuși experimentului în funcție de vârstă

Analiza distribuției datelor din figura de mai sus ne indică faptul că preadolescenții care se integrează în grupul cu un nivel scăzut al inițiativei și independenței, sub aspectul factorului expresivitate sunt următorii: cei de 13 ani au indicele de 22,03% comparativ cu preadolescenții de 14 – 15 ani, care au 18,52% și cei de 10 – 12 ani cu 17,17%. Frecvența cea mai înaltă a nivelului mediu al inițiativei și independenței, sub aspectul factorului expresivitate, îl atestăm la preadolescenții de 14 – 15 ani, cu 79,01%, fiind urmați de preadolescenții 10 – 12 ani cu 75,76% și cei de 13 ani cu 73%. Pentru nivelul înalt al independenței și inițiativei, sub aspectul factorului expresivitate, remarcăm o descreștere în distribuția datelor, și anume cei de 10 – 12 ani au 7,07%, cei de 13 ani 3,39%, iar cei de 14 – 15 au 2,47%.

După Testul T-student evidențiem diferențe statistic semnificative pentru inițiativă și independență, factorul expresivitate, între rezultatele preadolescenților de 10 – 12 ani (media=24,12 u.m.) și rezultatele preadolescenților de 13 ani (media=22,73 u.m.), ($T=2$, $p \leq 0,05$), și între rezultatele preadolescenților de 10 – 12 ani (24,12 u.m.) și cele ale preadolescenților de 14 – 15 ani (22,62 u.m.) ($T=2,4$, $p \leq 0,05$) cu medii mai mari în rândul preadolescenților de 10 – 12 ani. Rezultatele obținute ne indică că preadolescenții de 10 – 12 ani dau dovadă de nivel mai înalt de inițiativă și independență decât cei cu vârsta de 13 ani și cei de 14 – 15 ani. Acest lucru poate fi explicat prin contextul socio-emoțional și stilul de parenting folosit. Preadolescenții de 10 – 12 ani au parte de o abordare parentală bazată pe afecțiune, respect și exigență, iar mesajele încurajatoare primite din partea părinților determină un grad mai înalt de independență și inițiativă în exprimare [17].

Demersul constatativ continuă cu evaluarea nivelurilor pentru inițiativa și independența, sub aspectul factorului generalizare la preadolescenți.

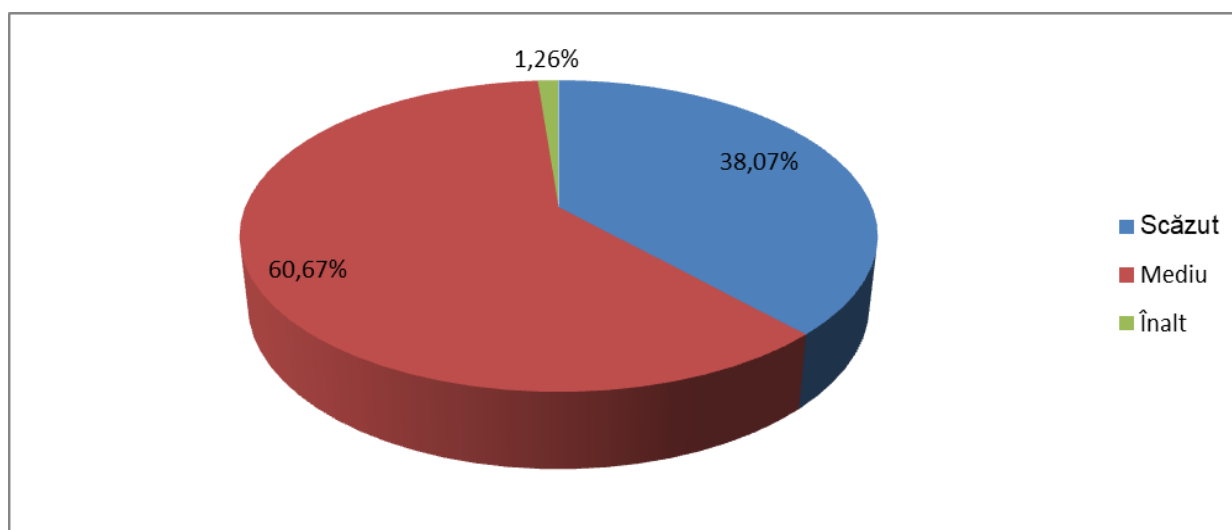


Fig. 2.28. Distribuția rezultatelor privind nivelul inițiativei și independenței, factorul generalizare, la preadolescenții supuși experimentului

La 38,07% dintre preadolescenți se înregistrează nivelul scăzut al inițiativei și independenței, sub aspectul factorului generalizare. Putem distinge faptul că acești preadolescenți sunt influențabili și întâmpină dificultăți în punerea în acțiune a propriilor dorințe și scopuri. Ei au o mare nevoie de sugestiile și îndrumările persoanelor importante din viața lor pentru luarea deciziilor de orice fel. Ei manifestă lipsă de interes în exprimarea opiniilor în orice arie de dezvoltare și de activitate și lipsă de inițiativă în transformarea propriilor gânduri în fapte.

Preadolescenții cu un nivel mediu de dezvoltare al inițiativei și independenței, sub aspectul factorului generalizare, prezintă indicele cel mai înalt din distribuția acestor date, și anume 60,67%. Acești preadolescenți sunt capabili să facă schimb de opinii cu persoanele importante din viața lor, în privința luării deciziilor și a atingerii obiectivelor propuse. Totodată, aceștia au abilitatea de a aprecia recomandările venite din partea celor din jur și reușesc să întreprindă diverse acțiuni din proprie inițiativă.

Un procent foarte mic, în valoare de 1,26% din preadolescenți manifestă nivel înalt al inițiativei și independenței, sub aspectul factorului generalizare. Preadolescenții din această categorie își organizează singuri planurile și întreprind diverse acțiuni legate de orice domeniu de activitate sau dezvoltare, antrenându-i și pe alții în aceste activități. Adesea, aceștia explorează lumea în mod independent și cer mai multă libertate din partea părinților. Ei manifestă responsabilitate în alegerile personale și reușesc să îndeplinească în mod independent propriile decizii.

Pentru a determina existența unor legături între perseverență și fermitate, sub aspectul factorului expresivitate și inițiativă și independență, sub aspectul factorului generalizare și între inițiativă și independență, sub aspectul factorului expresivitate și inițiativă și independență, sub aspectul factorului generalizare, am realizat calculul coeficienților de corelație Pearson. Tabelul 2.8. conține coeficienții de corelație și pragurile de semnificație obținute.

Tabelul 2.8. Interrelația între perseverență și fermitate, factorul E și inițiativă și independență, factorul G, și inițiativă și independență, factorul E și inițiativă și independență, factorul G la

preadolescenți după Pearson

<i>Variabilele cercetării</i>	<i>Coeficientul de corelație</i>	<i>Pragul de semnificație</i>
Perseverență și fermitate, factorul E / Inițiativa și independența, factorul G	r=0,2608	p≤0,01
Inițiativă și independență, factorul E / Inițiativa și independența, factorul	r=0,3099	p≤0,01

G		
---	--	--

Tabelul 2.8 arată existența relațiilor între: perseverență și fermitate, sub aspectul factorului expresivitate și inițiativă și independență, sub aspectul factorului generalizare ($r=0,2608$, $p\leq 0,01$); inițiativă și independență, sub aspectul factorului expresivitate și inițiativă și independență, sub aspectul factorului generalizare ($r=0,3099$, $p\leq 0,01$). Coeficienții obținuți ne permit să evidențiem că preadolescenții cu un nivel înalt al perseverenței și fermității, sub aspectul factorului expresivitate manifestă un nivel înalt al inițiativei și independenței, sub aspectul factorului generalizare. De asemenea, preadolescenții cu un nivel înalt al inițiativei și independenței, sub aspectul factorului expresivitate se caracterizează și printr-un nivel înalt al inițiativei și independenței sub aspectul factorului generalizare.

Studiul inițiativei și independenței la factorul generalizare a cuprins și investigarea frecvențelor preadolescenților în dependență de gen și de vârstă. Frecvențele pentru inițiativă și independență, factorul generalizare la preadolescenți și preadolescente, precum și la preadolescenții de 10 – 12 ani, preadolescenții de 13 ani și cei de 14 – 15 ani sunt prezentate în continuare în figura 2.29. și 2.30.

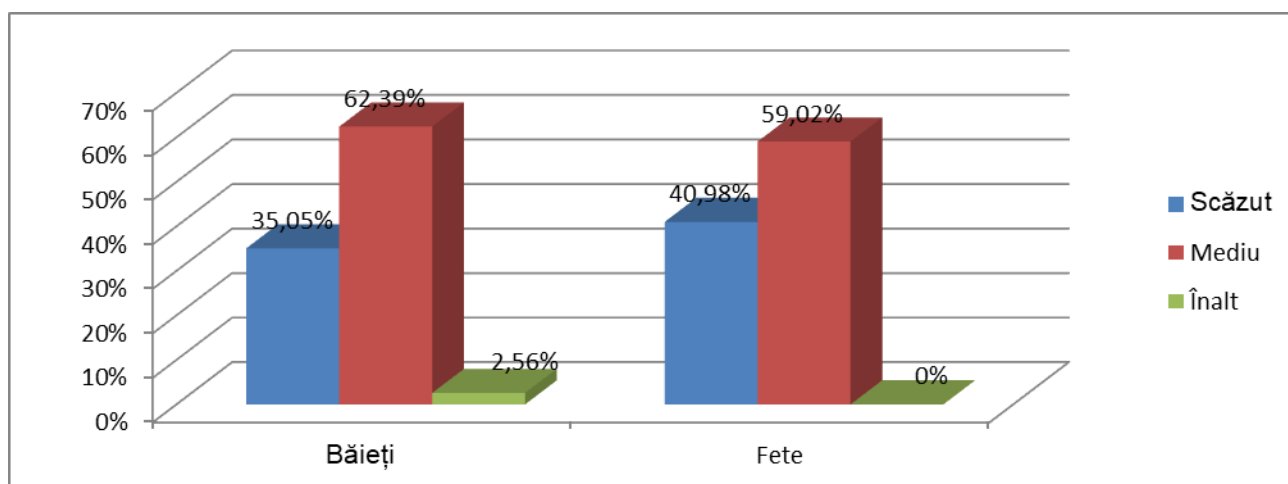


Fig. 2.29. Distribuția rezultatelor privind nivelul inițiativei și independenței, factorul generalizare, la preadolescenții supuși experimentului în funcție de gen

Frecvențele preadolescenților pentru inițiativă și independență, factorul generalizare se repartizează după cum urmează: nivelul scăzut se întâlnește în frecvențe mai mari la preadolescente spre deosebire de preadolescenți (40,98% și 35,05%). Nivel mediu al inițiativei și independenței, factorul generalizare se atestă preponderent la preadolescenți (62,39%) comparativ cu preadolescentele (59,02%). Nivelul înalt al inițiativei și independenței, factorul generalizare, îl observăm doar la preadolescenți (2,56%).

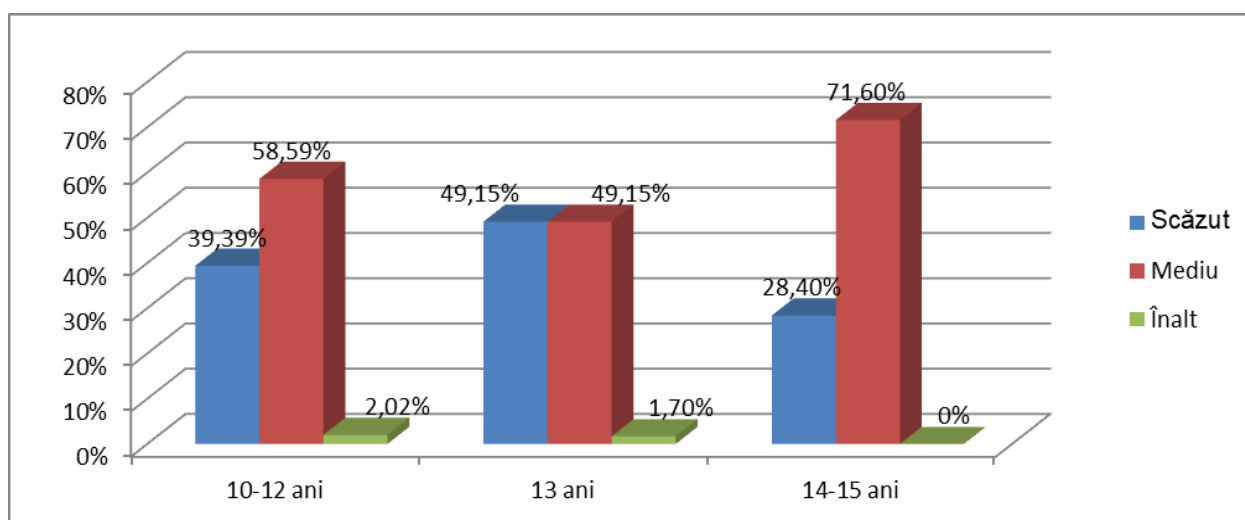


Fig. 2.30. Distribuția rezultatelor privind nivelul inițiativei și independenței, factorul generalizare, la preadolescenții supuși experimentului în funcție de vârstă

Pentru nivelul scăzut al inițiativei și independenței, factorul generalizare observăm frecvența cea mai ridicată în rândul preadolescenților de 13 ani (49,15%), o descreștere a frecvențelor atestăm la preadolescenții de 10 – 12 ani (39,39%) și preadolescenții de 14 – 15 ani (28,40%). Nivelul mediu al inițiativei și independenței, factorul generalizare prevalează la preadolescenții de 14 – 15 ani, fiind urmați de preadolescenții de 10 – 12 ani și cei de 13 ani (71,60%, 58,59% și 49,15%). Nivelul înalt al inițiativei și independenței, factorul generalizare îl întâlnim doar la preadolescenții de 10 – 12 ani (2,02%) și cei de 13 ani (1,70%).

În conformitate cu testul T-student evidențiem pentru inițiativă și independență, factorul generalizare diferențe semnificative statistic între rezultatele preadolescenților de 13 ani (media=19,49 u.m.) și cele ale preadolescenților de 14 – 15 ani (media=2,6 u.m.) ($T=2,6$, $p \leq 0,05$), cu o medie mai mare la preadolescenții de 14 – 15 ani. Astfel menționăm că preadolescenții de 14 – 15 ani demonstrează nivel mai înalt de inițiativă și independență, factorul generalizare. Aceste diferențe sunt cauzate de schimbările sistemului de control cognitiv al creierului. Maturarea legăturilor neuronale dintre cortexul prefrontal și sistemul limbic permite o mai bună coordonare a emoției și a cunoașterii, a controlului impulsurilor și a dezvoltării calităților de inițiativă și independență. Conform cercetărilor, preadolescenții traversează perioada vârstei de 13 ani făcând trecerea de dezvoltare de la dependență la independență, iar o dată cu înaintarea în vârstă învață și exersează inițierea și implementarea propriilor decizii și acționează în conformitate cu acestea, asumându-și responsabilitatea pentru consecințele apărute. Așadar ei devin mai independenți și își gestionează singuri propriile alegeri [185, 186].

Încă două calități volitive investigate de noi sunt: autocontrolul și anduranța. Autocontrolul reprezintă calitatea de a controla și regla conduita și comportamentul, propriile acțiuni,

posibilități, atitudini, opinii, decizii, roluri și statute sociale, precum și responsabilitățile legate de acestea [81]. Preadolescența este o vârstă importantă în care autocontrolul se dezvoltă și se cristalizează în structura personalității. Experiențele din preșcolaritate și școlaritatea mică, educația și condițiile stimulatoare în care își desfășoară preadolescentul activitatea influențează dezvoltarea autocontrolului [87]. Anduranța este calitatea volitivă ce semnifică capacitatea de a rezista la eforturi fizice și psihice sau la desfășurarea unui efort prelungit, de intensitate mică sau medie, fără a produce modificări semnificative la nivelul funcțiilor fiziologice. În anduranță este foarte importantă răbdarea. Anduranța ca și calitate volitivă se clădește anume în preadolescență. Începând cu această vârstă preadolescenții ajung să fie mai rezistenți și să nu renunțe, atunci când corpul sau mintea ating anumite limite pe care nu le pot tolera [11, 61, 79, 87].

Rezultatele pentru autocontrol și anduranță, cu factorul de expresivitate la preadolescenți sunt ilustrate în figura 2.31.

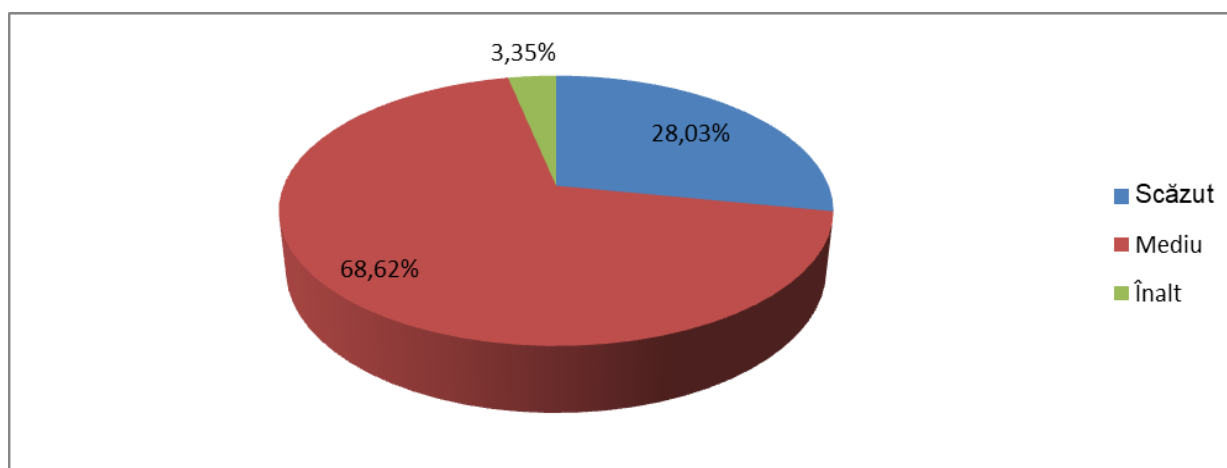


Fig. 2.31. Distribuția rezultatelor privind nivelul autocontrolului și anduranței, factorul expresivitate, la preadolescenții supuși experimentului

28,03% dintre preadolescenții se caracterizează prin nivel scăzut al autocontrolului și anduranței, sub aspectul factorului expresivitate. Preadolescenții manifestă o capacitate scăzută de a-și reține emoțiile, gândurile, reacțiile verbale și fizice. De obicei, acești preadolescenți își pun în pericol sănătatea și uneori viața. Ei au o toleranță scăzută la frustrare și la efort. Ele au nevoie de îndrumarea și supravegherea mai accentuată din partea adulților.

Mai mult peste jumătate din preadolescenți (68,62%) au nivel mediu de dezvoltare al autocontrolului și anduranței, sub aspectul factorului expresivitate. Preadolescenții își aleg un nivel ponderat al activismului, în concordanță cu resursele personale. Ei sunt cumpătați și stăpâni pe sine. Au o rezistență medie la efortul fizic și la cel intelectual.

Foarte puțini preadolescenți (3,35%) dau dovadă de nivel înalt al autocontrolului și anduranței, sub aspectul factorului expresivitate. Evidențiem la acești preadolescenți o stăpânire

de sine excepțională. Ei sunt capabili să acționeze în condiții dificile, cum ar fi, într-o atmosferă ce poate amenința sănătatea sau demnitatea. Ei se pot abține de a răspunde la ofense și au o rezistență înaltă la efort.

Pentru a identifica dacă există relații între capacitatea de atingere a scopului, sub aspectul factorului expresivitate și autocontrol și anduranță, factorul expresivitate, de asemenea între capacitatea de atingere a scopului, factorul generalizare și autocontrol și anduranță, factorul expresivitate și între perseverență și fermitate, factorul generalizare și autocontrol și anduranță, factorul expresivitate, am investigat coeficienții de corelație Pearson. Coeficienții de corelație și pragurile de semnificație sunt expuși în tabelul 2.9.

Tabelul 2.9. Interrelațiile între capacitatea de atingere a scopului, factorul E și autocontrol și anduranță, factorul E, capacitatea de atingere a scopului, factorul G și autocontrol și anduranță, factorul E, perseverență și fermitate, factorul G și autocontrol și anduranță, factorul E la preadolescenți după Pearson

<i>Variabilele cercetării</i>	<i>Coeficientul de corelație</i>	<i>Pragul de semnificație</i>
Capacitatea de atingere a scopului, factorul E / Autocontrol și anduranță, factorul E	$r=0,2523$	$p\leq 0,01$
Capacitatea de atingere a scopului, factorul G / Autocontrol și anduranță, factorul E	$r=0,2687$	$p\leq 0,01$
Perseverență și fermitate, factorul G / Autocontrol și anduranță, factorul E	$r=0,2545$	$p\leq 0,01$

Tabelul 2.9. conține coeficienții de corelație care susțin existența interrelațiilor între: capacitatea de atingere a scopului, sub aspectul factorului expresivitate și autocontrol și anduranță, sub aspectul factorului expresivitate ($r=0,2523$, $p\leq 0,01$); capacitatea de atingere a scopului, factorul generalizare și autocontrol și anduranță, factorul expresivitate ($r=0,2687$, $p\leq 0,01$); între perseverență și fermitate, sub aspectul factorului generalizare și autocontrol și anduranță, sub aspectul factorului expresivitate ($r=0,2545$, $p\leq 0,01$). Vom menționa că preadolescenții cu un nivel înalt al capacității de atingere a scopului, sub aspectul factorului expresivitate demonstrează un nivel înalt al autocontrolului și anduranței, sub aspectul factorului expresivitate. Preadolescenții cu un nivel înalt al capacității de atingere a scopului, sub aspectul factorului generalizare, demonstrează un nivel înalt al autocontrolului și anduranței, sub aspectul factorului expresivitate. Iar preadolescenții cu un nivel înalt al perseverenței și fermității, sub

aspectul factorului generalizare manifestă un nivel înalt al autocontrolului și anduranței, sub aspectul factorului expresivitate.

Frecvențele pentru nivelurile autocontrolului și anduranței, sub aspectul factorul expresivitate la preadolescenți și preadolescente, sunt ilustrate în figura 2.32.

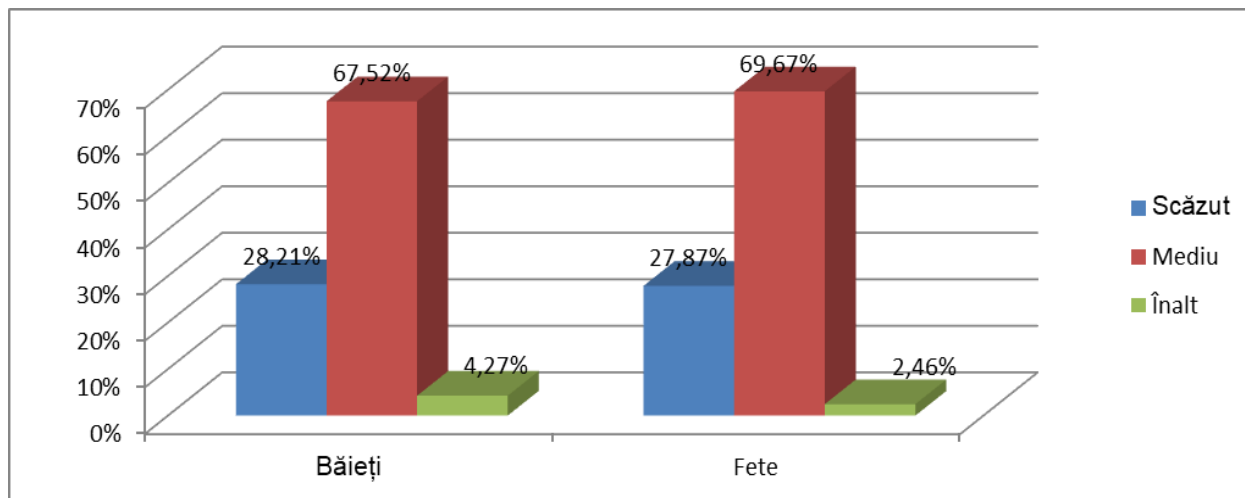


Fig. 2.32. Distribuția rezultatelor privind nivelul autocontrolului și anduranței, factorul expresivitate, la preadolescenții supuși experimentului în funcție de gen

Frecvențele preadolescenților sunt apropiate de cele ale preadolescentelor. Astfel vom menționa că 28,21% din preadolescenți și 27,87% din preadolescente manifestă nivel scăzut al autocontrolului și anduranței, factorul expresivitate. Nivelul mediu al autocontrolului și anduranței, factorul expresivitate are o frecvență puțin mai ridicată în rândul preadolescentelor (69,67%) spre deosebire de preadolescenți (67,53%). Nivelul înalt al autocontrolului și anduranței, factorul expresivitate, are o expresie în frecvențe mai ridicată la preadolescenți, spre deosebire de preadolescente (4,27% și 2,46%).

Rezultatele pentru nivelurile autocontrolului și anduranței, factorul expresivitate la preadolescenți în dependență de vârstă (preadolescenți de 10 – 12 ani, preadolescenți de 13 ani și cei de 14 – 15 ani) sunt arătate în figura 2.33.

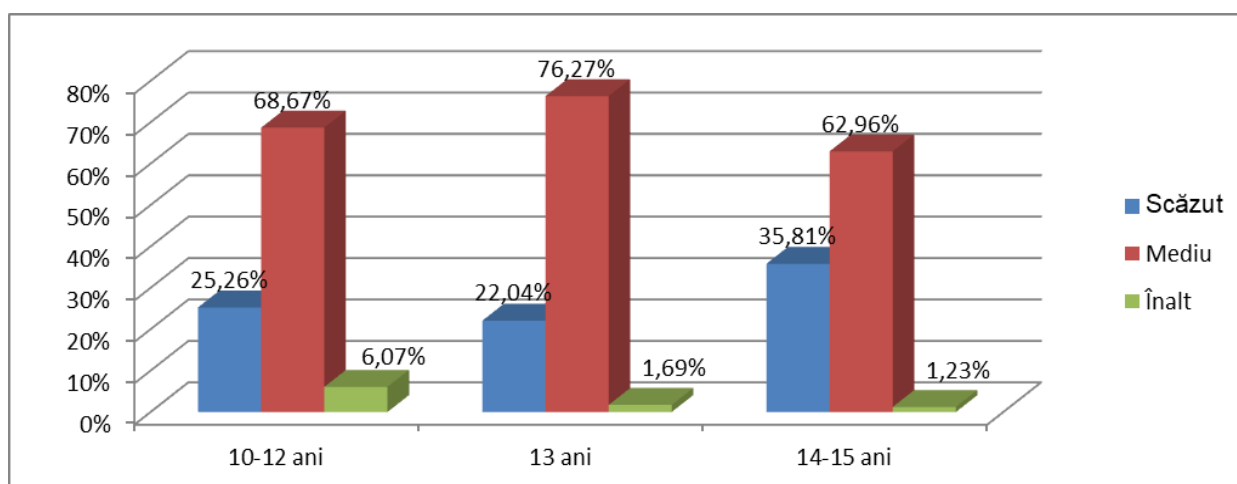


Fig. 2.33. Distribuția rezultatelor privind nivelul autocontrolului și anduranței, factorul expresivitate, la preadolescenții supuși experimentului în funcție de vârstă

Distribuția frecvențelor pentru autocontrol și anduranță, factorul expresivitate oscilează în jurul nivelului mediu. Frecvențele pentru nivelul scăzut al autocontrolului și anduranței, sub aspectul factorului expresivitate descresc de la preadolescenții de 10 – 12 ani, spre preadolescenții de 13 ani și cresc spre preadolescenții de 14 – 15 ani (25,26%, 22,04% și 35,81%). Frecvențele pentru nivelul înalt al autocontrolului și anduranței, sub aspectul factorului expresivitate descresc o dată cu vârsta (6,07%, 1,69% și 1,23%).

Testul T-student pune în lumina existența diferențelor semnificative statistic pentru autocontrol și anduranță, factorul expresivitate, între rezultatele preadolescenților de 10 – 12 ani (media=22,93 u.m.) și rezultatele celor de 14 – 15 ani (media=20,88 u.m.) ($T=3,4$, $p \leq 0,01$), precum și între rezultatele preadolescenților de 13 ani (media=22,08 u.m.) și rezultatele celor de 14 – 15 ani (media=20,72 u.m.) ($T=2,1$, $p \leq 0,05$) cu medii mai mari în rândul preadolescenților de 10 – 12 ani și cei de 13 ani. Astfel, potrivit celor expuse, putem menționa că preadolescenții de 10 – 12 ani și cei de 13 ani prezintă un nivel mai înalt de dezvoltare al autocontrolului și anduranței, sub aspectul factorului expresivitate. Presupunem că aceste diferențe se datorează schimbărilor ce survin în interiorul cortexului prefrontal, zonă a creierului responsabilă pentru autocontrol. Ceea ce se schimbă la preadolescenții de 14 – 15, comparativ cu cei de 10 – 12 și 13 ani, este puterea conexiunilor din circuitele prefrontale, pe măsură ce învățăm să ne adaptăm cerințelor de mediu în schimbare. Această dezvoltare reflectă o combinație a constrângerilor biologice și a istoricului experiențial, care interacționează pentru a modela creierul și comportamentul. Dovezile empirice mai indică și faptul că autocontrolul este asociat în mod semnificativ cu adaptarea emoțională și comportamentală a preadolescenților. Personalitatea preadolescenților de 14 – 15 ani este marcată de o instabilitate a competențelor de autocontrol și

anduranță, necesare pentru a-și retrage și a-și inhiba impulsurile inacceptabile din punct de vedere social și pentru a-și regla comportamentele, gândurile și emoțiile [56].

Rezultatele pentru autocontrol și anduranță, factorul generalizare la preadolescenți sunt prezentate în figura 2.34.

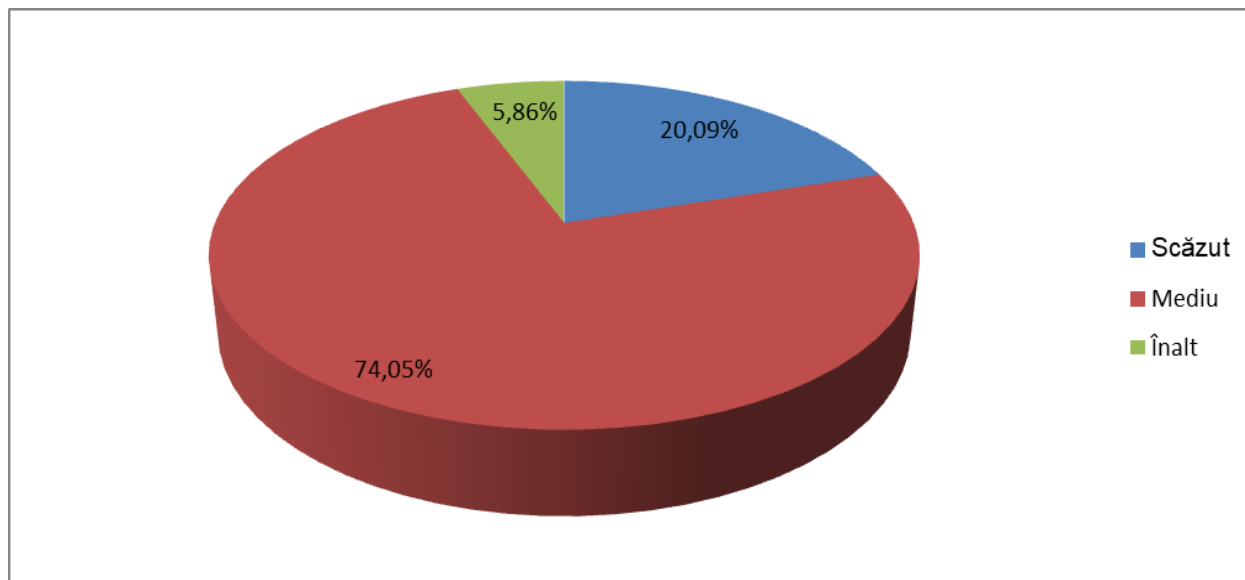


Fig. 2.34. Distribuția rezultatelor privind nivelul autocontrolului și anduranței, factorul generalizare, la preadolescenții supuși experimentului

Așadar, 20,09% dintre preadolescenți prezintă nivel scăzut al autocontrolului și anduranței, sub aspectul factorului generalizare. Preadolescenții din această categorie au dificultăți de gestionare a emoțiilor și devin copleșiți de ele. Prin urmare, capacitățile cognitive ale acestora se blochează și pot ajunge să spună și să facă lucruri iraționale. Ei necesită o monitorizare mai atentă din partea adulților.

Peste jumătate din preadolescenți (74,05%) dau dovadă de nivel mediu de dezvoltare al autocontrolului și anduranței, sub aspectul factorului generalizare. Preadolescenții din această categorie învață să-și recunoască și să-și gestioneze emoțiile și gândurile. De asemenea ei învață să-și crească toleranța la efortul fizic, emoțional și cognitiv. Uneori, însă, sunt afectați de intensitatea emoțiilor și dau curs reacțiilor verbale și fizice impulsive în mai multe situații de viață.

În privința preadolescenților cu un nivel înalt al autocontrolului și anduranței, sub aspectul factorului de generalizare, putem deduce că formează un procent destul de mic, de 5,86%. Acești preadolescenți dau dovadă de un control foarte bun al impulsurilor, la modul general. Ei se remarcă printr-o bună gestionare a situațiilor stresante, sunt echilibrați și cumpătați în plan fizic, emoțional și cognitiv.

Între capacitatea de atingere a scopului, sub aspectul factorului expresivitate / generalizare și autocontrol și anduranță, factorul generalizare, între curaj și capacitatea de a lua decizii, factorul expresivitate și autocontrol și anduranță, factorul generalizare, între perseverență și fermitate, factorul expresivitate / generalizate și autocontrol și anduranță, factorul generalizare, între inițiativă și independență, factorul expresivitate și autocontrol și anduranță, factorul generalizare și între autocontrol și anduranță, factorul expresivitate și autocontrol și anduranță, factorul generalizare am calculat și identificat coeficienții de corelație Pearson. Coeficienții de corelație și pragurile de semnificație sunt prezentați în tabelul 2.10.

Tabelul 2.10. Interrelațiile între capacitatea de atingere a scopului, factorul E / G și autocontrol și anduranță, factorul G, curaj și capacitatea de a lua decizii, factorul E și autocontrol și anduranță, factorul G, perseverența și fermitatea, factorul E / G și autocontrol și anduranță, factorul G, și autocontrol și anduranță, factorul G și autocontrol și anduranță, factorul E și autocontrol și anduranță, factorul G la preadolescenți după Pearson

<i>Variabilele cercetării</i>	<i>Coeficientul de corelație</i>	<i>Pragul de semnificație</i>
Capacitatea de atingere a scopului, factorul E / Autocontrol și anduranță, factorul G	r=0,3189	p≤0,01
Capacitatea de atingere a scopului, factorul G / Autocontrol și anduranță, factorul G	r=0,2612	p≤0,01
Curaj și capacitatea de a lua decizii, factorul E/ Autocontrol și anduranță, factorul G	r=0,3182	p≤0,01
Perseverență și fermitate, factorul E/ Autocontrol și anduranță, factorul G	r=0,3155	p≤0,01
Perseverență și fermitate, factorul G / Autocontrol și anduranță, factorul G	r=0,3269	p≤0,01
Inițiativă și independență, factorul E / Autocontrol și anduranță, factorul G	r=0,2971	p≤0,01
Autocontrol și anduranță, factorul E / Autocontrol și anduranță, factorul G	r=0,4960	p≤0,01

Conform tabelului de mai sus atestăm coeficienți de corelație între capacitatea de atingere a scopului, sub aspectul factorului expresivitate / generalizare și autocontrol și anduranță, sub

aspectul factorului generalizare ($r=0,3189$, $p\leq 0,01$) ($r=0,2612$, $p\leq 0,01$); între curaj și capacitatea de a lua decizii, factorul expresivitate și autocontrol și anduranță, factorul generalizare ($r=0,3182$, $p\leq 0,01$); între perseverență și fermitate, factorul expresivitate / generalizare și autocontrol și anduranță, factorul generalizare ($r=0,3155$, $p\leq 0,01$); ($r=0,3269$, $p\leq 0,01$); între inițiativă și independență, factorul expresivitate și autocontrol și anduranță, factorul generalizare, ($r=0,2971$, $p\leq 0,01$); între autocontrol și anduranță, factorul expresivitate și autocontrol și anduranță, factorul generalizare ($r=0,4960$, $p\leq 0,01$). Menționăm că preadolescenții cu un nivel înalt al capacității de atingere a scopului, sub aspectul factorului expresivitate / generalizare manifestă un nivel înalt al autocontrolului și anduranței, sub aspectul factorului generalizare. Preadolescenții cu un nivel înalt al curajului și capacității de a lua decizii, factorul expresivitate au un nivel înalt al autocontrolului și anduranței, factorul generalizare. Mai putem preciza faptul că preadolescenții cu un nivel înalt al perseverenței și fermității, sub aspectul factorului expresivitate / generalizare demonstrează un nivel înalt al autocontrolului și anduranței, sub aspectul factorului generalizare. Totodată preadolescenții cu un nivel înalt al inițiativei și independenței, factorul expresivitate / generalizare demonstrează un nivel înalt al autocontrolului și anduranței, factorul generalizare. Preadolescenții ce se caracterizează printr-un nivel înalt al autocontrolului și anduranței, factorul expresivitate demonstrează și nivel înalt al autocontrolului și anduranței, factorul generalizare.

Analiza comparativă a frecvențelor pentru autocontrol și anduranță, factorul generalizare la preadolescenți și preadolescente, sunt ilustrate în figura următoare.

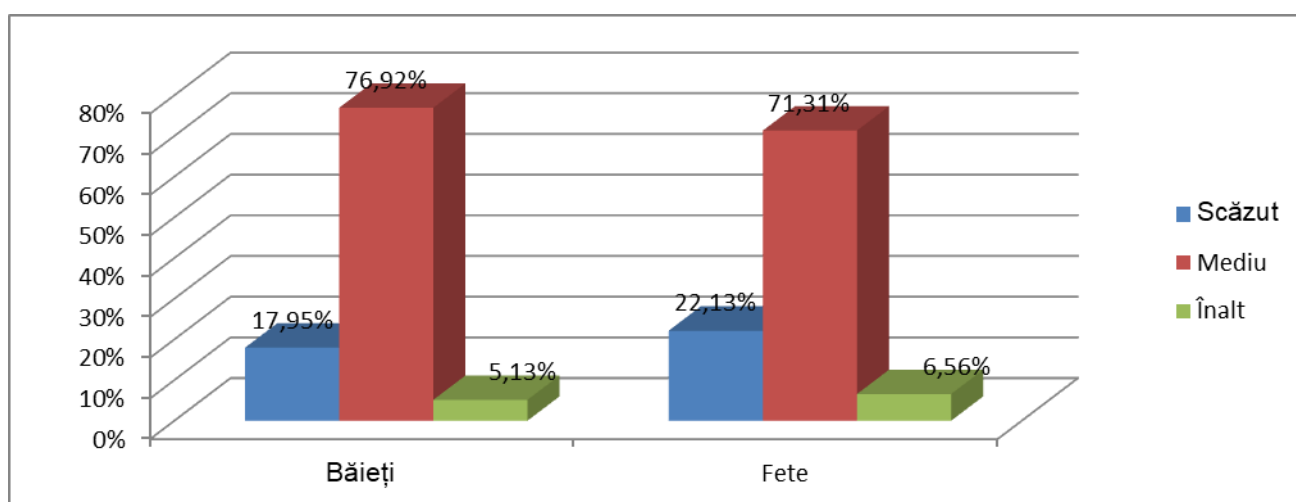


Fig. 2.35. Distribuția rezultatelor privind nivelul autocontrolului și anduranței, factorul generalizare, la preadolescenții supuși experimentului în funcție de gen

Nivelurile scăzut și înalt al anduranței și autocontrolului, sub aspectul factorului generalizare se întâlnesc preponderent la preadolescente (22,13% și 6,56%) comparativ cu

preadolescenții (17,95% și 5,13%). O tendință inversă se atestă pentru nivelul mediu al anduranței și autocontrolului, sub aspectul factorului generalizare, aici preadolescenții au o frecvență mai mare (76,92%) comparativ cu preadolescențele (71,31%).

Autocontrolul și anduranța la preadolescenții de 10 – 12 ani, preadolescenții de 13 ani și cei de 14 – 15 ani, sub aspectul factorului generalizare, sunt prezentate în figura 2.36.

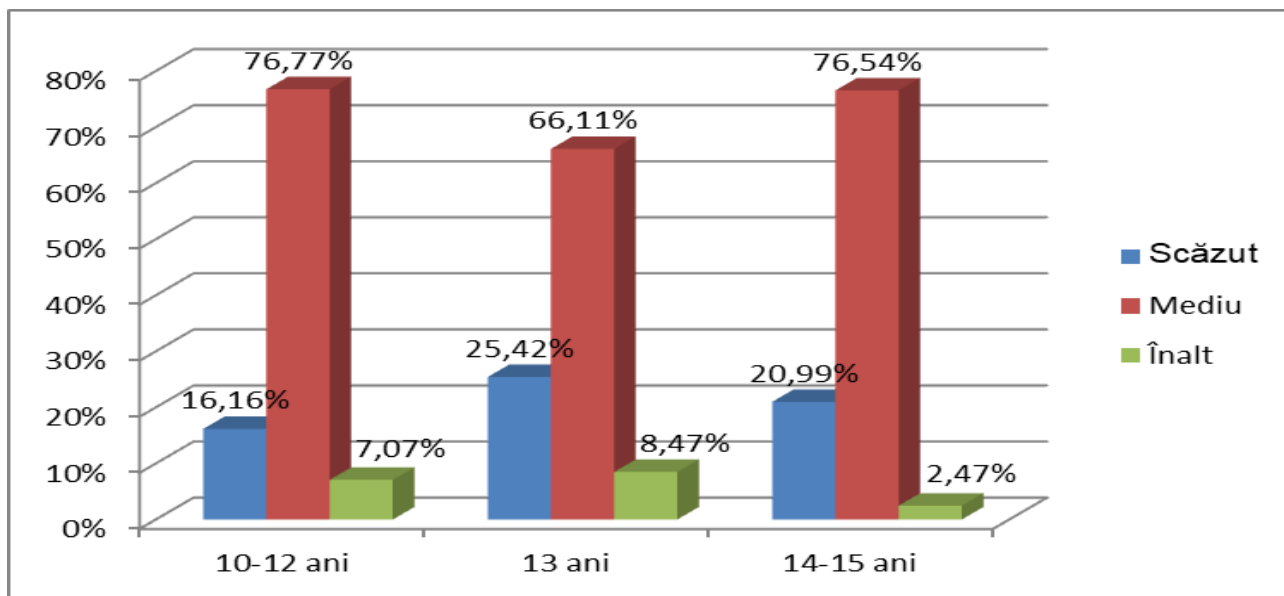


Fig. 2.36. Distribuția rezultatelor privind nivelul autocontrolul și anduranței, factorul generalizare, la preadolescenții supuși experimentului în funcție de vârstă

Pentru calitățile voinței, autocontrolul și anduranța, factorul generalizare cei mai mulți preadolescenți de 10 – 12 ani, de 13 ani și cei de 14 – 15 ani dau dovadă de nivel mediu (76,77%, 66,11% și 76,54%). Pentru nivelurile scăzut și cel înalt al autocontrolului și anduranței, factorul generalizare, frecvențele cele mai ridicate sunt observate în rândul preadolescenților de 13 ani (25,42% și 8,47%). Nivelul scăzut al autocontrolului și anduranței, factorul generalizare prevalează la preadolescenții de 14 – 15 ani (20,99%) spre deosebire de preadolescenții de 10 – 12 ani (16,16%). Pentru nivelul înalt al autocontrolului și anduranței, factorul generalizare se observă o tendință inversă: 7,07% din preadolescenții de 10 – 12 ani și 2,47% din preadolescenții de 14 – 15 ani prezintă acest nivel.

După testul statistic T-student pentru autocontrol și anduranță, factorul generalizare obținem diferențe semnificative între rezultatele preadolescenților de 10 – 12 ani (media=24,05 u.m.) și rezultatele preadolescenților de 14 – 15 ani (media=22,36 u.m.) ($T=2,8$, $p \leq 0,05$) cu rezultate mai mari pentru preadolescenții de 10 – 12 ani. La preadolescenții de 10 – 12 ani se evidențiază un nivel mai înalt al autocontrolului și anduranței, factorul generalizare. Aceste diferențe pot fi explicate, după cum relatează cercetătorii, de schimbările ce apar în zonele responsabile de autocontrol [187]. La preadolescenții de 14 – 15 ani apare un dezechilibru de

dezvoltare, ce are ca rezultat o dependență relativ mai mare de regiunile motivaționale subcortice față de regiunile prefrontale comparativ cu vârsta adultă, atunci când acest circuit este complet matur și, de asemenea, în comparație cu preadolescenții de 10 – 12 ani, când acest circuit este încă în curs de dezvoltare. Așadar, intrarea în perioada adolescenței este marcată de modificările care apar la preadolescenții de 14 – 15 ani ce determină scăderea autocontrolului și anduranței la aceștia. Însă, o dată cu vârsta și experiența, conectivitatea dintre regiunile menționate anterior este consolidată și oferă un mecanism de modulare de sus în jos a comportamentului emoțional condus subcortical care crește capacitatea de autocontrol și anduranță.

În concluzie pentru cele investigate vom formula următoarele legități care pe deplin explică voința și calitățile voinței în preadolescență:

Preadolescenții din lotul experimental se caracterizează prin toate cele trei niveluri posibile ale autoaprecierii voinței. La 23,01% din preadolescenți evidențiem nivelul înalt al autoaprecierii voinței. Vom menționa că preadolescenții cu nivel înalt al autoaprecierii voinței demonstrează o capacitate ridicată de organizare și orientare a efortului și străduinței în vederea atingerii scopurilor lansate sau a rezolvării anumitor probleme cu care se confruntă. Acești preadolescenți sunt responsabili, disciplinați, chibzuți, echilibrați și dau dovadă de un nivel ridicat de autocontrol și autoreglaj.

Preadolescenții și preadolescentele prezintă incidență diferită pentru autoaprecierea voinței, în rândul preadolescenților atestăm o autoapreciere a voinței mai accentuată. O asemenea constatare ține de transformările biologice și de influențele sociale și cele culturale.

Pe parcursul vârstei preadolescente, tinerii de diferită vârstă înregistrează frecvențe distincte pentru autoaprecierea voinței. La preadolescenții de 14 – 15 ani, odată cu maturizarea cognitivă și psihosocială se produc schimbări și în autoaprecierea voinței, aceasta ajungând să fie mai proeminentă comparativ cu preadolescenții de 10 – 12 ani și cei de 13 ani.

Generalizând rezultatele pentru calitatea voinței, perseverență, observăm că 44,77% din preadolescenți prezintă nivel înalt de dezvoltare al perseverenței. Vom afirma că preadolescenții cu nivel înalt al perseverenței demonstrează capacitate de a orienta și canaliza întreaga silință, osteneală, forță și acțiuni în vederea realizării scopului sau dorințelor, precum și depășirea cu succes a tuturor dificultăților întâlnite.

Preadolescentele prezintă un nivel mai înalt al perseverenței. Putem interpreta și explica perseverența mai evidentă la preadolescente prin maturizarea și dezvoltarea mai avansată și mai precoce a acestora comparativ cu preadolescenții. Și pentru perseverență vom consemna prevalența acesteia la preadolescenții de 14 – 15 ani. Cadrul explicativ reiese din schimbările de

vârstă. Vom consemna și existența interrelației dintre cele două dimensiuni investigate: autoaprecierea voinței și a perseverenței. Preadolescenții ce manifestă nivel înalt al autoaprecierii voinței se caracterizează și prin nivel înalt de dezvoltare a perseverenței.

Perioada preadolescenței prezintă și importante schimbări în calitățile voinței: capacitatea de atingere a scopului, curajul și capacitatea de a lua decizii, perseverența și fermitatea, inițiativa și independența, autocontrolul și anduranța. Cele mai dezvoltate calități volitive, legate de factorul expresivitate la preadolescenți sunt: inițiativa și independență, capacitatea de atingere a scopului, precum și autocontrolul și anduranța. În ceea ce privește calitățile volitive sub aspectul factorului generalizare mai dezvoltate sunt: perseverența și fermitatea, autocontrolul și anduranța și capacitatea de atingere a scopului. Amplificarea anume a calităților volitive enumerate reiese din dezvoltarea personalității în această etapă. Evoluția și dezvoltarea psihică, creșterea aspirațiilor de independență, de autonomie și a exigențelor sociale favorizează constituirea și cristalizarea inițiativei și independenței, capacității de atingere a scopului, autocontrolului și anduranței și a perseverenței și fermității.

Preadolescenții și preadolescentele nu diferă în ceea ce privește manifestarea calităților volitive atât sub aspectul factorului expresivitate cât și a celui de generalizare. La preadolescenți sunt mai proeminente următoarele calități volitive: (factorul expresivitate) inițiativă și independență, autocontrol și anduranță și capacitatea de atingere a scopului (factorul generalizare) perseverență și fermitate, autocontrol și anduranță și capacitatea de atingere a scopului. Pentru preadolescente sunt particulare sub aspectul factorului expresivitate: inițiativa și independența, capacitatea de atingere a scopului și autocontrolul și anduranța. Calitățile volitive, factorul generalizare, mai proeminente la preadolescente sunt: perseverența și fermitatea, autocontrolul și anduranța și capacitatea de atingere a scopului.

La preadolescenții de 10 – 12 ani, mai preponderent, sunt dezvoltate calitățile volitive (factorul expresivitate): capacitatea de atingere a scopului, inițiativa și independența și autocontrolul și anduranța; (factorul generalizare) perseverența și fermitatea, autocontrolul și anduranța și capacitatea de atingere a scopului. La preadolescenții de 13 ani evidențiem preponderent capacitatea de atingere a scopului și inițiativa și independența (factorul expresivitate), autocontrolul și anduranța precum și perseverența și fermitatea (factorul generalizare). La preadolescenții de 14 – 15 ani atestăm prezența inițiativei și independenței (factorul expresivitate) și perseverența și fermitatea (factorul generalizare) mai proeminente.

Tabloul manifestării calităților volitive la preadolescenți este conturat și completat și prin stabilirea interrelațiilor dintre acestea. Vom puncta aici că preadolescenții ce prezintă nivel înalt de dezvoltare a unei calități volitive se caracterizează și prin nivel înalt al altei calități volitive.

Constatările descrise vin **să confirme** ipotezele demersului experimental: *presupunem că există diferențe de gen și de vârstă în manifestarea voinței la preadolescenți și presupunem că există diferențe de gen și de vârstă în manifestarea calităților volitive la preadolescenți.*

2.3. Profilul psihologic al preadolescenților cu diferite niveluri de dezvoltare a voinței

Voința este în strânsă legătură cu trăsăturile de personalitate și le poate influența condiționând schimbări în acestea. Pentru acest compartiment al demersului experimental am formulat ipoteza: *presupunem că preadolescenții cu niveluri ridicate de dezvoltare a voinței prezintă următoarele trăsături de personalitate: autonomie, conștiinciozitate și stabilitate emoțională.*

Pentru a investiga trăsăturile de personalitate (extraversiune, stabilitate emoțională, conștiinciozitate, amabilitate și autonomie) la preadolescenți am administrat *Chestionarul de personalitate cu 5 factori (CP5F) (după M. Albu).*

Considerăm că trei din cei cinci factori și anume: conștiinciozitatea, stabilitate emoțională și autonomia au o relevanță deosebită pentru demersul nostru experimental, astfel din aceste considerente le vom acorda o atenție sporită în continuare (frecvențele preadolescenților pentru extraversiune și amabilitate sunt prezentate în anexa nr.3, vezi tabelul A.3.1., tabelul A.3.2. și tabelul A.3.3.).

Rezultatele pentru conștiinciozitate la preadolescenți sunt ilustrate în figura 2.37.

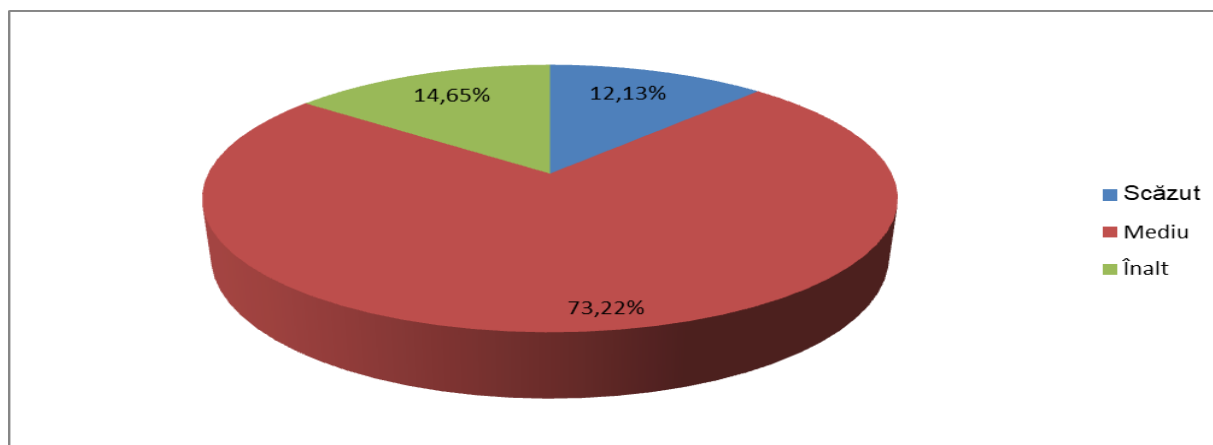


Fig. 2.37. Distribuția rezultatelor privind nivelul conștiinciozității la preadolescenții din lotul experimental

12,13% dintre preadolescenții testați demonstrează un nivel scăzut al conștiinciozității. Ei sunt caracterizați prin faptul că încep acțiuni fără să gândească la ce servesc acestea și cum se pot termina. Ei nu au capacitatea de a se încadra în termenele limită, fixate anterior.

Preadolescenții cu un nivel mediu de dezvoltare al conștiinciozității, prezintă indicele cel mai înalt din distribuția acestor date, și anume 73,22%. De regulă, aceștia cântăresc acțiunile inițiate și sunt capabili să le ducă la bun sfârșit.

14,65% din preadolescenți manifestă nivel înalt de dezvoltare al conștiinciozității. Ei sunt capabili să respecte normele și regulile. Sunt persoane ordonate, care își planifică acțiunile destul de bine. Preadolescenții se străduiesc să facă totul bine și sunt persoane de încredere.

Studiul nostru a continuat cu stabilirea relațiilor între calitățile volitive (capacitatea de atingere a scopului, factorul expresivitate și factorul generalizare și autocontrol și anduranță, factorul expresivitate și factorul generalizare) și conștiinciozitate. Punerea în lumină a interrelațiilor a fost posibilă prin calculul coeficienților de corelație după Pearson.

Tabelul 2.11. Interrelațiile între capacitatea de atingere a scopului, factorul E / factorul G și conștiinciozitate și între conștiinciozitate și autocontrol și anduranță, factorul E / factorul G și conștiinciozitate la preadolescenți după Pearson

<i>Variabilele cercetării</i>	<i>Coeficientul de corelație</i>	<i>Pragul de semnificație</i>
Capacitatea de atingere a scopului, factorul E / Conștiinciozitate	r=0,5963	p≤0,01
Capacitatea de atingere a scopului, factorul E / Conștiinciozitate	r=0,6178	p≤0,01
Autocontrol și anduranță, factorul E / Conștiinciozitate	r=0,4128	p≤0,01
Autocontrol și anduranță, factorul G / Conștiinciozitate	r=0,5725	p≤0,01

Tabelul 2.11. confirmă existența interrelațiilor între capacitatea de atingere a scopului, factorul expresivitate și factorul generalizare și conștiinciozitate (r=0,5963, p≤0,01, r=0,6178, p≤0,01) precum și între autocontrolul și anduranță, factorul expresivitate și factorul generalizare și conștiinciozitate. Interrelațiile stabilite permit să menționăm că preadolescenții cu nivel înalt de manifestare a capacității de atingere a scopului atât sub expresia factorului expresivitate și factorului generalizare demonstrează și nivel înalt de conștiinciozitate. Preadolescenții cu nivel înalt autocontrol și anduranță, factorul expresivitate și factorul generalizare au și nivel înalt de conștiinciozitate.

Am investigat particularitățile conștiinciozității la preadolescenți și preadolescente. Frecvențele pentru conștiinciozitate la preadolescenți în dependență de gen sunt prezentate în figura 2.38.

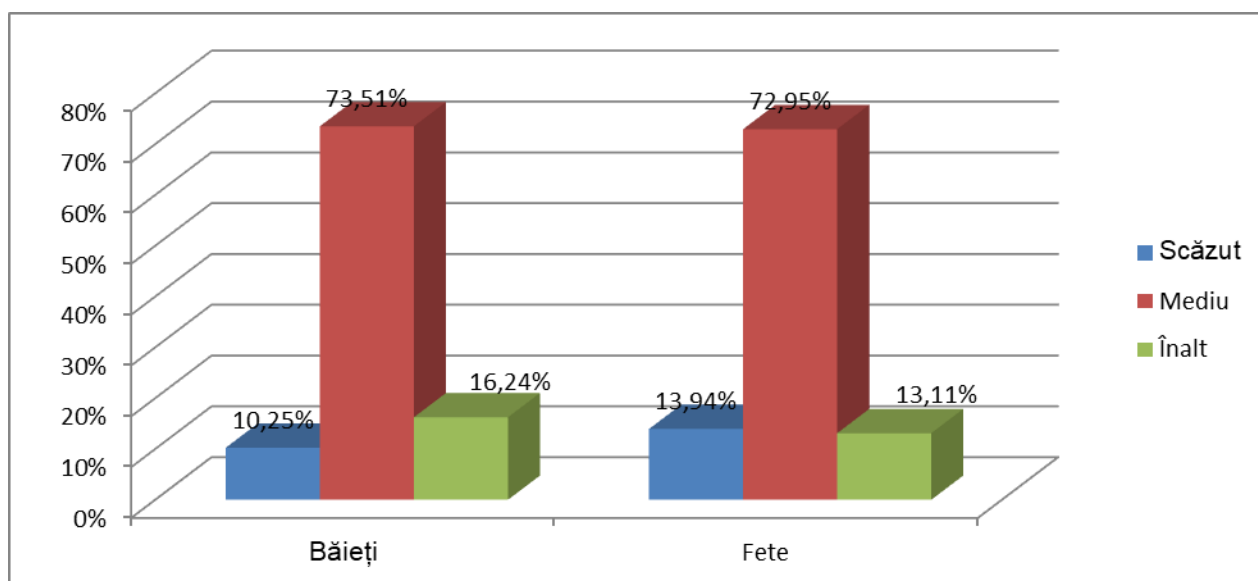


Fig. 2.38. Distribuția rezultatelor privind nivelul conștiinciozității la preadolescenții din lotul experimental în funcție de gen

Doar nivelul scăzut al conștiinciozității prevalează la preadolescente (13,94%) comparativ cu preadolescenții (10,25%). Nivelul mediu și cel înalt de dezvoltare al conștiinciozității predomină la preadolescenți (73,51% și 16,24%) spre deosebire de preadolescente (72,95% și 13,11%).

Studiul nostru a cuprins evidențierea diferențelor în nivelurile conștiinciozității la preadolescenții de 10 – 12 ani, cei de 13 ani și 14 – 15 ani. Frecvențele pentru conștiinciozitate la preadolescenți sunt arătate în figura 2.39.

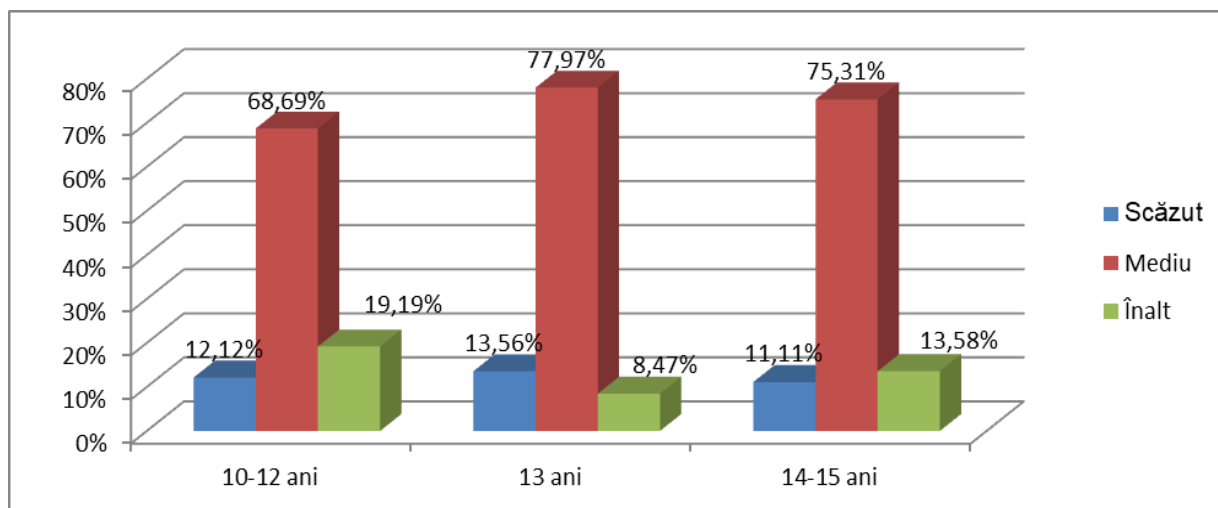


Fig. 2.39. Distribuția rezultatelor privind nivelul conștiinciozității la preadolescenții din lotul experimental în funcție de vârstă

Investigarea comparativă a frecvențelor pentru nivelurile conștiinciozității pune în evidență următoarele tendințe: nivelul scăzut al conștiinciozității are frecvențe apropiate în rândul celor trei categorii de preadolescenți: 13,56% din preadolescenții de 13 ani, 12,12% din

preadolescenții de 10 – 12 ani și 11,11% din preadolescenții de 14 – 15 ani. Nivelul mediu de dezvoltare al conștiinciozității se manifestă cel mai intens la preadolescenții de 13 ani (77,97%), fiind urmați de preadolescenții de 14 – 15 ani (75,31%) și cei de 10 – 12 ani (68,69%). Frecvențele cele mai ridicate pentru nivelul înalt al conștiinciozității sunt caracteristice preadolescenților de 10 – 12 ani (19,19%), în timp ce doar 13,58% din preadolescenții de 14 – 15 ani și 8,47% din preadolescenții de 13 ani prezintă acest nivel de dezvoltare al conștiinciozității.

O altă trăsătură a personalității investigată este stabilitatea emoțională. Rezultatele pentru stabilitatea emoțională la preadolescenți pot fi urmărite în figura 2.40.

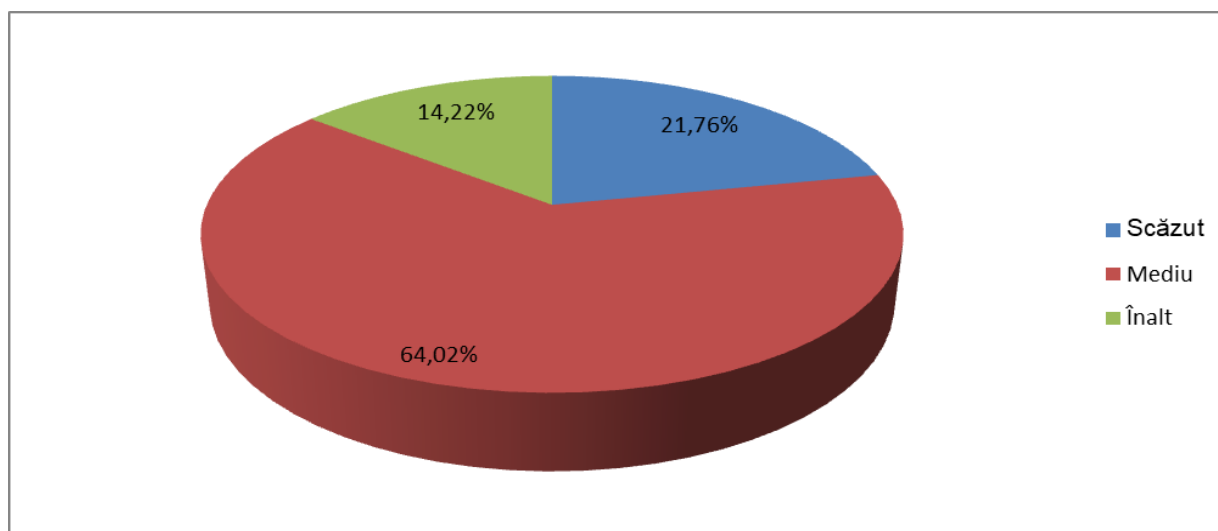


Fig. 2.40. Distribuția rezultatelor privind nivelul stabilității emoționale la preadolescenții din lotul experimental

21,76% dintre preadolescenții supuși studiului prezintă un nivel scăzut al stabilității emoționale. Caracteristic pentru acești preadolescenți este faptul că își fac griji pentru orice și sunt mereu neliniștiți.

Mai mult peste jumătate din preadolescenți (64,02%) dau dovadă de nivel mediu de dezvoltare al stabilității emoționale. De regulă, aceștia sunt calmi și se implică cu o doză de optimism în activități și în relațiile cu cei din jur.

Un număr mic de preadolescenți ce au format lotul experimental și anume 14,22%, demonstrează nivel înalt al stabilității emoționale. Pentru acești preadolescenți este definitoriu să gândească pozitiv în situații complicate. Sunt optimiști și au încredere în propriile forțe. Sunt capabili să-și controleze emoțiile.

Pentru a evidenția prezența unei legături între calitățile voinței (perseverență și fermitate, factorul generalizare, autocontrol și anduranță, factorul generalizare) și stabilitatea emoțională și între conștiinciozitate și stabilitatea emoțională am calculat coeficientul de corelație Pearson.

Coeficientul de corelație și pragul de semnificație care confirmă interrelația dintre conștiinciozitate și stabilitatea emoțională sunt prezentați în tabelul 2.12.

Tabelul 2.12. Interrelația între perseverență și fermitate, factorul G și stabilitatea emoțională și între autocontrol și anduranță, factorul G și stabilitatea emoțională și între conștiinciozitate și stabilitatea emoțională la preadolescenți după Pearson

<i>Variabilele cercetării</i>	<i>Coeficientul de corelație</i>	<i>Pragul de semnificație</i>
Perseverență și fermitate, factorul G / Stabilitate emoțională	$r=0,5735$	$p\leq 0,01$
Autocontrol și anduranță, factorul G / Stabilitate emoțională	$r=0,3523$	$p\leq 0,01$
Conștiinciozitate / Stabilitate emoțională	$r=0,4258$	$p\leq 0,01$

Prezența interrelațiilor între perseverență și fermitate, factorul generalizare ($r=0,5735$, $p\leq 0,01$) și stabilitatea emoțională și între autocontrol și anduranță, factorul generalizare și stabilitatea emoțională ($r=0,3523$, $p\leq 0,01$). Coeficienții de corelație pun în lumină că preadolescenții cu nivel înalt de dezvoltare a perseverenței și fermității, factorul generalizare și autocontrol și anduranță, factorul generalizare se caracterizează prin nivel înalt al stabilității emoționale. Coeficientul de corelație între conștiinciozitate și stabilitatea emoțională ($r=0,4258$, $p\leq 0,01$), ne permite să menționăm că preadolescenții cu un nivel înalt al conștiinciozității se caracterizează și prin nivel ridicat de stabilitate emoțională.

Cercetarea stabilității emoționale a continuat cu investigarea acesteia la preadolescenți și preadolescente. Frecvențele pentru nivelurile stabilității emoționale la preadolescenți în dependență de gen sunt prezentate în figura 2.41.

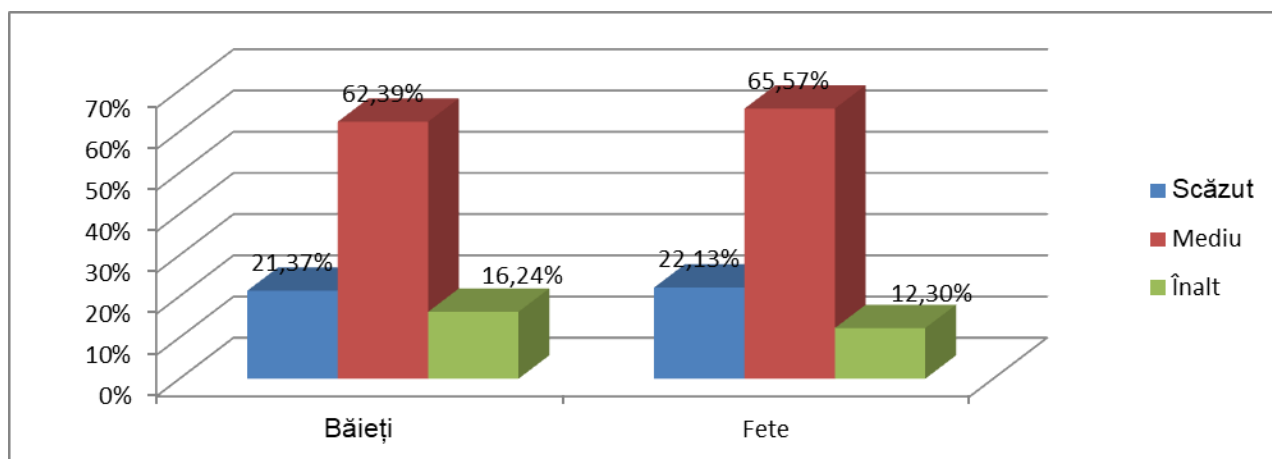


Fig. 2.41. Distribuția rezultatelor privind nivelul stabilității emoționale la preadolescenții din lotul experimental în funcție de gen

Analiza ilustrării grafice de mai sus ne permite să sesizăm frecvențe apropiate pentru nivelul scăzut al stabilității emoționale la preadolescenți (21,37%) și preadolescente (22,13%). Privitor la nivelul mediu al stabilității emoționale, putem să remarcăm o prevalență a acestui nivel în rândul preadolescentelor (65,57%), spre deosebire de cel al preadolescenților (62,39%). Remarcăm o frecvență mai ridicată pentru nivelul înalt al stabilității emoționale la preadolescenți (16,24%) comparativ cu preadolescentele (12,30%).

Pentru stabilitatea emoțională evidențiem diferențe semnificative statistic după testul T-student între rezultatele preadolescenților (49,51 u.m.) și cele ale preadolescentelor (46,18 u.m.) ($T=2,2$, $p \leq 0,05$), cu o medie mai ridicată la preadolescenți. Astfel preadolescenții demonstrează o stabilitate emoțională mai accentuată. Vom explica această diferență printr-o vulnerabilitate mai mare a preadolescentelor față de modificările biofiziologice, schimbările și avansul capacităților cognitive, precum și trăiri afective instabile manifestate în mediul familial, școlar și în relațiile cu semenii.

Pentru stabilitatea emoțională am realizat examinarea frecvențelor la preadolescenții de 10 – 12 ani, preadolescenții de 13 ani și preadolescenții de 14 – 15 ani. Repartiția rezultatelor poate fi vizualizată în continuare.

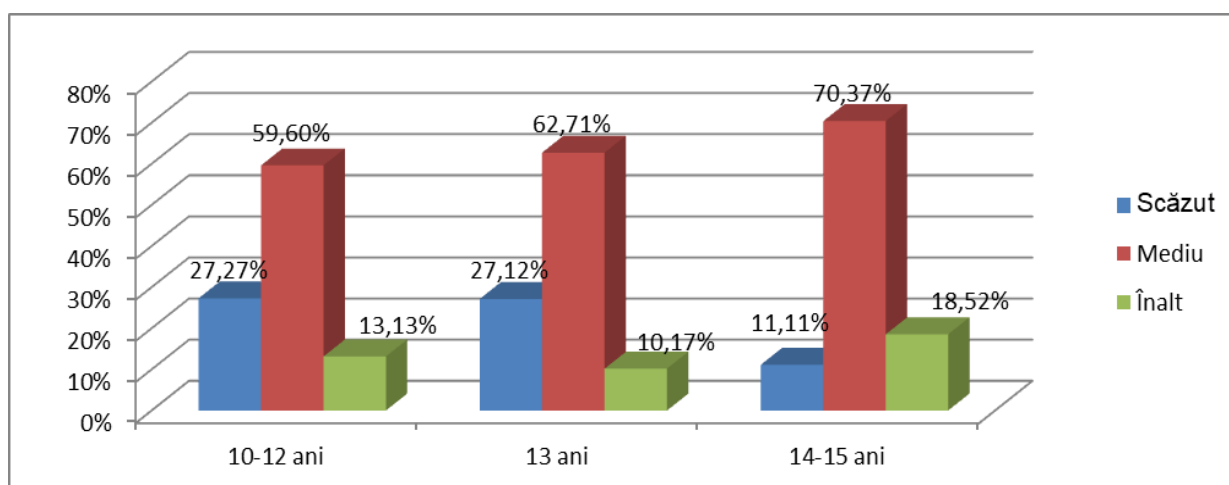


Fig. 2.42. Distribuția rezultatelor privind nivelul stabilității emoționale la preadolescenții din lotul experimental în funcție de vârstă

Analiza distribuției datelor din figura de mai sus ne arată faptul că preadolescenții care au un nivel scăzut al stabilității emoționale sunt cei de 10 – 12 ani cu 27,27%, indice aproape similar cu cel al preadolescenților de 13 ani, care au 27,12%, fiind urmați de cei de 14 – 15 ani cu 11,11%. Frecvența cea mai înaltă a nivelului mediu al stabilității emoționale poate fi observată la preadolescenții de 14 – 15 ani și anume 70,37%, urmați de preadolescenții de 13 ani

cu 62,71% și cei de 10 – 12 ani cu 59,60%. Pentru nivelul înalt al stabilității emoționale, remarcăm următoarea distribuție a datelor: 18,52% din preadolescenții de 14 – 15 ani, 13,13% din preadolescenții de 10 – 12 ani și 10,17% din preadolescenții de 13 ani dau dovadă de acest nivel al stabilității emoționale.

După testul T-student, pentru stabilitatea emoțională identificăm diferențe semnificative statistic între rezultatele preadolescenților de 10 – 12 ani (media=46,81 u.m.) și cei de 14 – 15 ani (50,75 u.m.) ($T=2,2$ $p\leq 0,05$) și între rezultatele preadolescenților de 13 ani (media=45,83 u.m.) și cei de 14 – 15 ani (50,75 u.m.) ($T=2,4$, $p\leq 0,05$), cu rezultate mai mari la preadolescenții de 14 – 15 ani. Astfel preadolescenții de 14 – 15 ani se caracterizează prin nivel mai înalt al stabilității emoționale. Aceste diferențe pot fi clarificate prin faptul că pubertatea este asociată cu modificările hormonale semnificative care dau naștere maturizării fizice și influențează o varietate de comportamente, inclusiv cele asociate cu instabilitatea emoțională. Cortexul prefrontal al creierului suferă schimbări și creșteri prin mielinizare și procesul de ramificație sinaptică. Începând cu preadolescența timpurie, gândirea operațională formală începe să înlocuiască operațiile concrete, permițând dezvoltarea gândirii mai complexe, procesarea informațiilor și dezvoltarea raționamentelor. Astfel, stabilitatea emoțională mai ridicată la preadolescenții de 14 – 15 ani este influențată de o mai bună procesare și raționalizare a experiențelor trăite.

O altă trăsătură de personalitate ce o vom prezenta este autonomia. Rezultatele preadolescenților pentru autonomie sunt prezentate în figura 2.43.

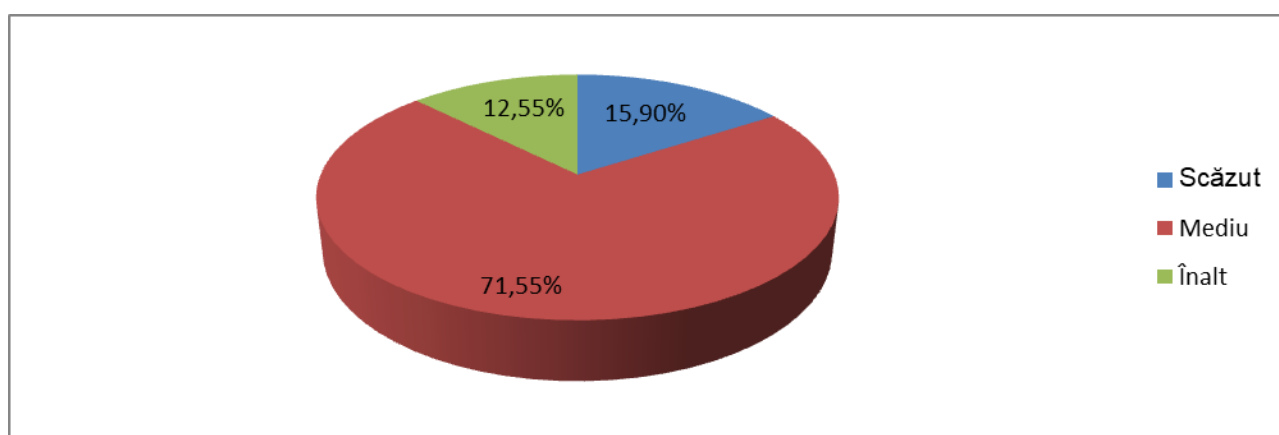


Fig. 2.43. Distribuția rezultatelor privind nivelul autonomiei la preadolescenții din lotul experimental

15,90% dintre preadolescenții manifestă un nivel scăzut al autonomiei. La acești preadolescenți evidențiem faptul că nu au păreri proprii. Ei acceptă cu ușurință orice li se spune și pot fi manipulați cu ușurință.

Preadolescenții cu un nivel mediu de dezvoltare al autonomiei, prezintă indicele cel mai înalt din distribuția acestor date și anume 71,55%. De regulă, aceștia se conduc după propriile păreri și sunt capabili să se administreze singuri.

Un număr mult mai mic de preadolescenți – 12,55% se caracterizează prin nivel înalt al autonomiei. Preadolescenții cu nivel înalt al autonomiei sunt capabili să acționeze altfel decât ceilalți. Ei sunt creativi și nu se lasă conduși de alții. Din contră, acești preadolescenți sunt capabili să-i conducă pe alții.

Am stabilit legătura între calitățile voinței (curaj și capacitate de a lua decizii, factorul expresivitate și inițiativă și independență, factorul expresivitate și factorul generalizare) și autonomie prin calculul coeficienților de corelație Pearson. Coeficienții de corelație și pragurile de semnificație sunt ilustrate în tabelul 2.13.

Tabelul 2.13. Interrelația între curaj și capacitate de a lua decizii, factorul E și autonomie, între inițiativă și independență, factorul E / G și autonomie la preadolescenți după Pearson

<i>Variabilele cercetării</i>	<i>Coeficientul de corelație</i>	<i>Pragul de semnificație</i>
Curaj și capacitate de a lua decizii, factorul E / Autonomie	$r=0,2581$	$p\leq 0,01$
Inițiativă și independență, factorul E / Autonomie	$r=0,4740$	$p\leq 0,01$
Inițiativă și independență, factorul E / Autonomie	$r=0,3876$	$p\leq 0,01$

Coeficienții de corelație și pragurile de semnificație indică existența legăturilor între curaj și capacitate de a lua decizii, factorul expresivitate ($r=0,2581$, $p\leq 0,01$), între inițiativă și independență, factorul expresivitate și autonomie ($r=0,4740$, $p\leq 0,01$) și între inițiativă și independență, factorul generalizare și autonomie ($r=0,3876$, $p\leq 0,01$). Preadolescenții cu nivel înalt de dezvoltare a curajului și capacității de a lua decizii, factorul expresivitate au nivel înalt de autonomie. Preadolescenții ce se caracterizează prin nivel înalt de dezvoltare a inițiativei și independenței (factorul expresivitate, factorul generalizare) manifestă și nivel înalt de autonomie.

Demersul de constatare a urmat cu analiza nivelurilor de manifestare ale autonomiei la preadolescenți în dependență de gen. Rezultatele pentru diferențele de gen în autonomie pot fi vizualizate în figura 2.44.

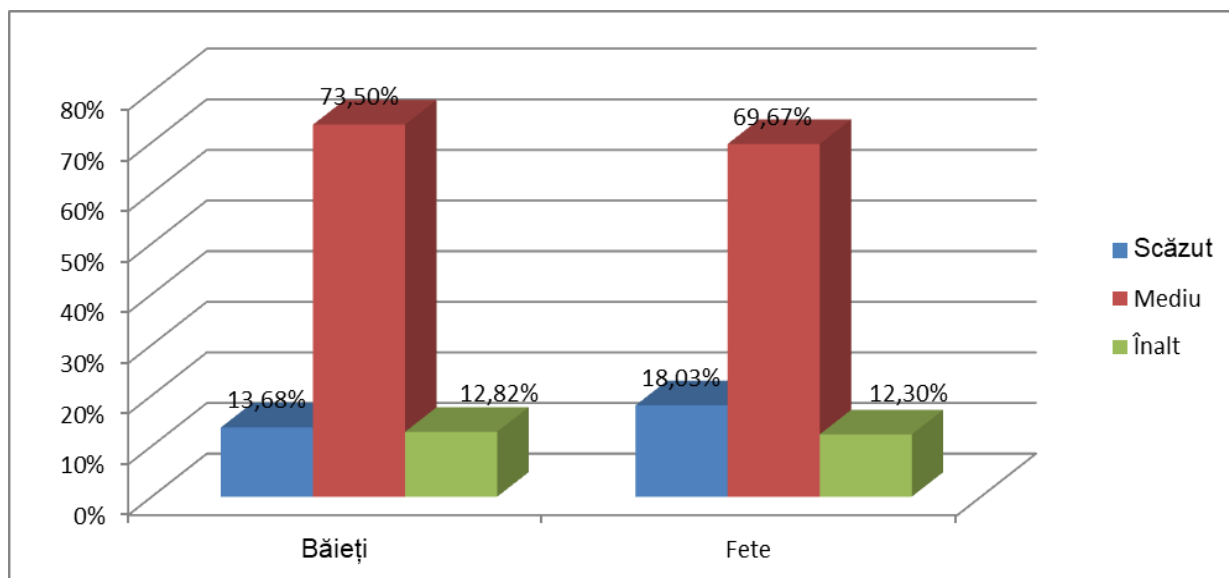


Fig. 2.44. Distribuția rezultatelor privind nivelul autonomiei la preadolescenții din lotul experimental în funcție de gen

Pentru nivelul scăzut al autonomiei frecvența cea mai înaltă o atestăm la preadolescente (18,03%) comparativ cu preadolescenții (13,68%). Deosebite sunt frecvențele pentru nivelul mediu al autonomiei, astfel 73,50% din preadolescenți și 69,67% din preadolescente dau dovadă de acest nivel. Pentru nivelul înalt al autonomiei sesizăm frecvențe similare în rândul preadolescenților și al preadolescentelor (12,82% și 12,30%).

După Testul T-Student din nou consemnăm diferențe semnificative statistic pentru autonomie între rezultatele preadolescenților și rezultatele preadolescentelor (mediile preadolescenților 50,28 u.m. și mediile preadolescentelor 47,52 u.m.) ($T=2$, $p \leq 0,05$) cu o medie mai ridicată în cazul preadolescenților. Astfel concluzionăm aici că preadolescenții de sex masculin se caracterizează prin nivel mai înalt al autonomiei comparativ cu preadolescentele. Diferențele evidențiate pot fi explicate prin faptul că autonomia la preadolescenți este influențată de mai mulți factori, printre care: ereditatea, părinții, educația, sistemul de învățământ și sistemele de viață în cadrul comunității, regulile de acțiune sau regulile impuse de către o autoritate și angajamentul față de grup. Încă din copilăria mică, băieții sunt încurajați și orientați de familie, comunitate și societate să fie independenți, autonomi și liberi și desinestătători în luarea deciziilor. Această diferență se accentuează și se menține în etapele ulterioare de dezvoltare: școlaritatea mică, preadolescența și adolescența.

Urmează prezentarea modului de manifestare al autonomiei la preadolescenții de 10 – 12 ani, preadolescenții de 13 ani și cei de 14 – 15 ani.

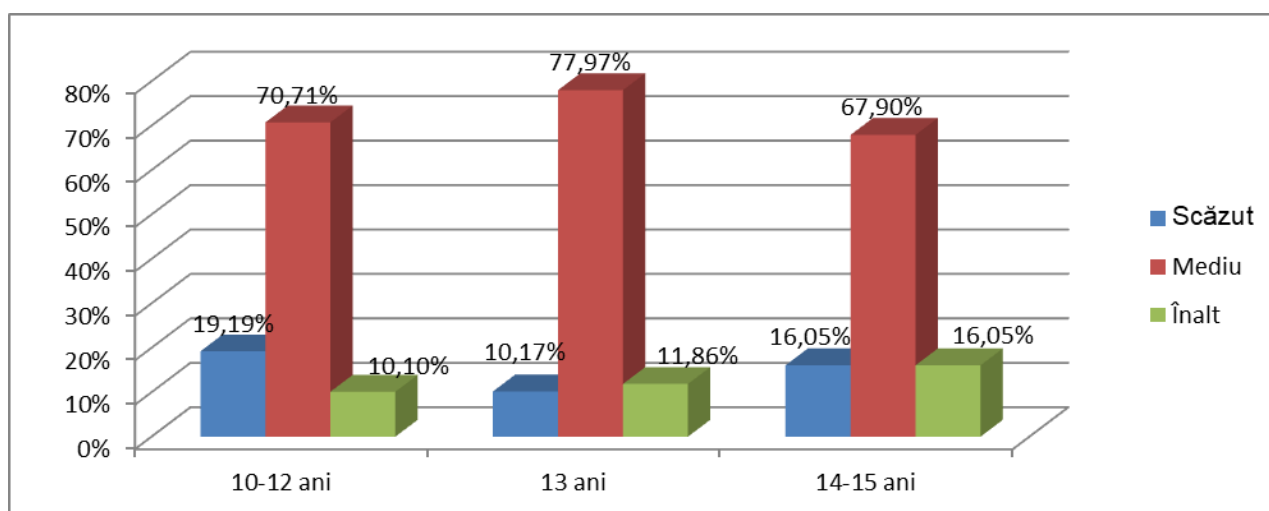


Fig. 2.45. Distribuția rezultatelor privind nivelul autonomiei la preadolescenții din lotul experimental în funcție de vârstă

Pentru nivelul scăzut al autonomiei consemnăm frecvențe ridicate în rândul preadolescenților de 10 – 12 ani (19,19%) și cei de 14 – 15 ani (16,05%), în timp ce doar 10,17% din preadolescenți prezintă acest nivel. Cei mai mulți dintre preadolescenții din lotul experimental prezintă nivel mediu de dezvoltare al autonomiei. Astfel evidențiem că 77,97% din preadolescenții de 13 ani, 70,71% din preadolescenții de 10 – 12 ani și 67,90% din preadolescenți de 14 – 15 ani au nivel mediu al autonomiei. În cazul nivelului înalt al autonomiei se observă o creștere a frecvențelor odată cu înaintarea în vârstă a preadolescenților (preadolescenții de 10 – 12 ani: 10,10%, preadolescenții de 13 ani: 11,86% și preadolescenții de 14 – 15 ani: 16,05%).

În continuare ne-am propus să investigăm profilul de personalitate la preadolescenții cu diferite niveluri ale autoaprecierii voinței. Mediile preadolescenților cu diferite niveluri ale autoaprecierii voinței pentru trăsăturile de personalitate (extraversiune, amabilitate, conștiinciozitate, stabilitate emoțională și autonomie) sunt ilustrate în figura 2.46.

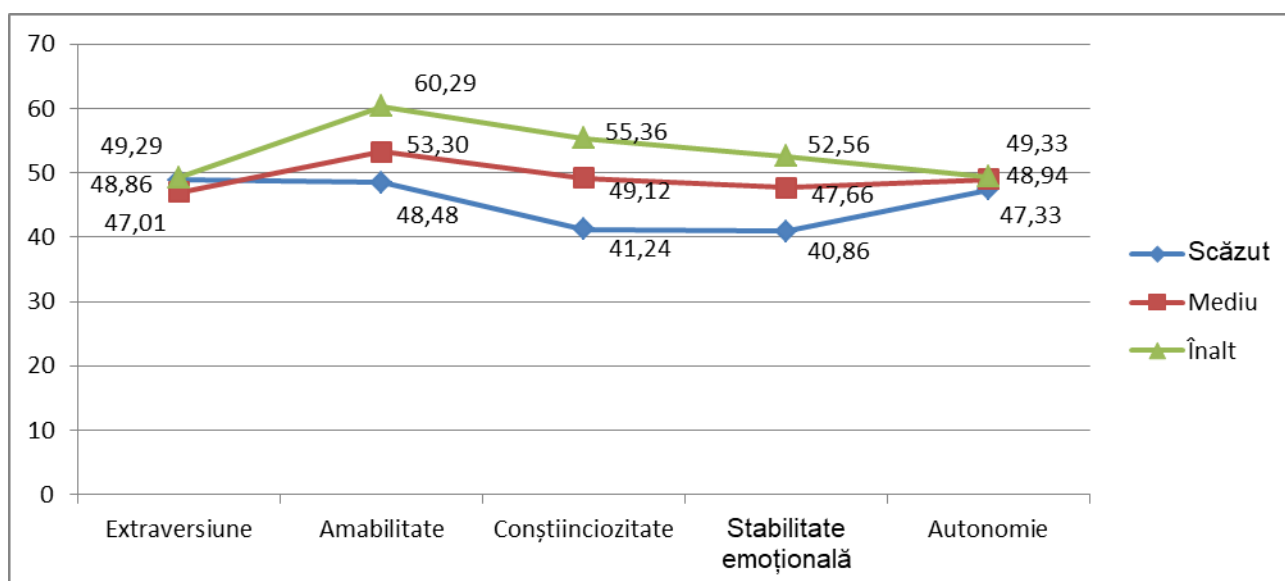


Fig. 2.46. Profilul personalității la preadolescenți în funcție de nivelul de autoapreciere al voinței

Vizualizând mediile din figura 2.46. evidențiem că preadolescenții cu diferite niveluri de autoapreciere a voinței demonstrează medii distincte pentru cele cinci dimensiuni ale personalității.

Pentru extraversiune cea mai mare medie se regăsește la preadolescenții cu nivel înalt de autoapreciere al voinței (49,29 u.m.), o medie apropiată este cea a preadolescenților cu nivel scăzut de autoapreciere al voinței (48,86 u.m.). O medie mai mică se înregistrează la preadolescenții cu nivel mediu de autoapreciere al voinței (47,01 u.m.).

Medii distincte observăm la amabilitate. Astfel cea mai mare medie (60,29 u.m.) o atestăm la preadolescenții cu nivel înalt de autoapreciere a voinței. La preadolescenții cu nivel scăzut și mediu de autoapreciere al voinței mediile sunt: 48,48 (u.m.) și 53,30 (u.m.)

În cazul conștiinciozității preadolescenții prezintă următoarele medii: 41,24 (u.m.) la preadolescenții cu nivel scăzut de autoapreciere al voinței; 49,12 (u.m.) la preadolescenții cu nivel mediu de autoapreciere al voinței și 55,36 (u.m.) la preadolescenții cu nivel înalt de autoapreciere al voinței.

Și pentru stabilitatea emoțională se păstrează aceeași tendință: mediile cele mai mari se regăsesc la preadolescenții cu nivel înalt și mediu de autoapreciere al voinței (52,55 u.m. și 47,46 u.m.), în timp ce preadolescenții cu nivel scăzut de autoapreciere al voinței se caracterizează prin media: 40,86 u.m.

Pentru autonomie mediile preadolescenților cu nivel înalt și mediu de autoapreciere al voinței sunt apropiate și constituie 49,33 (u.m.) și 48,94 (u.m.). La preadolescenții cu nivel scăzut de autoapreciere al voinței atestăm media de 47,33 (u.m.).

Pentru a stabili existența interrelațiilor între autoaprecierea voinței și trăsăturile de personalitate (amabilitate, conștiinciozitate și stabilitate emoțională) am calculat coeficientul de corelație Pearson. Coeficienții de corelație și pragurile de semnificație sunt prezentați în tabelul 2.14.

Tabelul 2.14. Interrelațiile între autoaprecierea voinței și trăsăturile de personalitate la preadolescenți după Pearson

<i>Variabilele cercetării</i>	<i>Coeficientul de corelație</i>	<i>Pragul de semnificație</i>
Autoaprecierea voinței / Amabilitate	0,4297	$p \leq 0,01$
Autoaprecierea voinței / Conștiinciozitate	0,4636	$p \leq 0,01$
Autoaprecierea voinței / Stabilitate emoțională	0,3209	$p \leq 0,01$

Conform tabelului de mai sus atestăm coeficienți de corelație între autoaprecierea voinței și amabilitate ($r=0,4297$, $p \leq 0,01$), autoaprecierea voinței și conștiinciozitate ($r=0,4636$, $p \leq 0,01$) și autoaprecierea voinței și stabilitate emoțională ($r=0,3209$, $p \leq 0,01$). Coeficienții de corelație ne permit să menționăm că preadolescenții cu nivel înalt al autoaprecierii voinței se caracterizează prin nivel ridicat de amabilitate, conștiinciozitate și stabilitate emoțională. Astfel, pentru preadolescenții cu nivel înalt al autoaprecierii voinței sunt definitorii: interesul pentru cei din jur, respectul pentru păreri și drepturile celorlalți, încercarea de a se afla în relații bune cu ceilalți, respectul pentru norme și reguli, ordonarea, planificarea acțiunilor, străduința de a face totul bine și de a fi persoane de încredere. Totodată acești preadolescenți gândesc pozitiv, sunt optimiști, își controlează emoțiile și au încredere în forțele proprii.

În continuare vom prezenta mediile pentru trăsăturile de personalitate (extraversiune, amabilitate, conștiinciozitate, stabilitate emoțională și autonomie) la preadolescenții cu diferite niveluri de dezvoltare ale perseverenței.

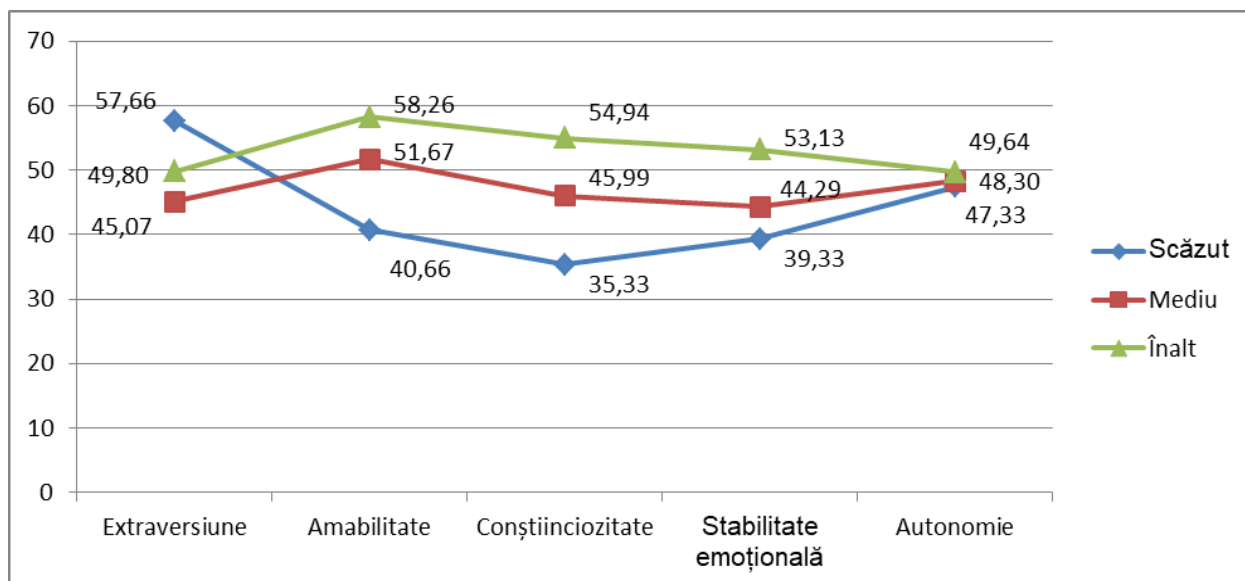


Fig. 2.47. Profilul personalității la preadolescenți în funcție de nivelul perseverenței

Datele din figura 2.47. ne oferă posibilitatea de a observa faptul că preadolescenții cu diferite niveluri de dezvoltare ale perseverenței înregistrează medii diferite pentru cele cinci trăsături ale personalității.

În ceea ce privește extraversiunea cea mai mare medie se poate vizualiza la preadolescenții cu nivel scăzut de dezvoltare al perseverenței (57,66 u.m.), o medie mai scăzută este cea întâlnită la preadolescenții cu nivel înalt de dezvoltare al perseverenței (49,80 u.m.), iar o medie și mai mică se observă la preadolescenții cu nivel mediu de dezvoltare al perseverenței (45,07 u.m.).

La amabilitate se pot observa medii la fel de distincte. Media cea mai mare (58,26 u.m.) o remarcăm la preadolescenții cu nivel înalt de dezvoltare al perseverenței. La preadolescenții cu un nivel mediu de dezvoltare al perseverenței – 45,99 (u.m.) și la cei cu un nivel scăzut de dezvoltare al perseverenței – 35,33 (u.m.)

Raportându-ne la conștiinciozitate preadolescenții înregistrează următoarele medii: 54,94 (u.m.) la preadolescenții cu nivel înalt de dezvoltare al perseverenței, la preadolescenții cu nivel mediu de dezvoltare al perseverenței – 45,99 (u.m.), iar 35,33 (u.m.) la preadolescenții cu nivel scăzut de dezvoltare al perseverenței.

Și în cazul stabilității emoționale se menține aceeași tendință: media cea mai mare se întâlnește la preadolescenții cu nivel înalt de dezvoltare al perseverenței și anume 53,13 (u.m.); la cei cu un nivel mediu de dezvoltare al perseverenței – 44,29 (u.m.), iar la preadolescenții cu nivel scăzut de dezvoltare al perseverenței se observă media de 39,33 (u.m.).

Medii destul de apropiate se evidențiază și pentru autonomie: la preadolescenții cu nivel înalt de dezvoltare al perseverenței – 49,64 (u.m.), la cei cu nivel mediu de dezvoltare al

perseverenței 48,30 (u.m.) și 47,33 (u.m.) pentru cei cu nivel scăzut de dezvoltare al perseverenței.

Pentru a evidenția interrelațiile între perseverență și trăsăturile de personalitate (conștiinciozitate, stabilitate emoțională și autonomie) am efectuat calculul coeficientului de corelație Pearson. Coeficienții de corelație și pragurile de semnificație sunt prezentați în tabelul 2.15.

Tabelul 2.15. Interrelațiile între perseverență și trăsăturile de personalitate la preadolescenți după Pearson

<i>Variabilele cercetării</i>	<i>Coeficientul de corelație</i>	<i>Pragul de semnificație</i>
Perseverență / Conștiinciozitate	0,6068	$p \leq 0,01$
Perseverență / Stabilitate emoțională	0,4493	$p \leq 0,01$
Perseverență / Autonomie	0,3637	$p \leq 0,01$

Potrivit datelor din acest tabel remarcăm existența următorilor coeficienți de corelație între: perseverență și conștiinciozitate ($r=0,6068$, $p \leq 0,01$), perseverență și stabilitate emoțională ($r=0,4493$, $p \leq 0,01$) și perseverență și autonomie ($r=0,3637$, $p \leq 0,01$). Conform acestor coeficienți de corelație rezultă că preadolescenții cu nivel înalt de dezvoltare al perseverenței demonstrează un nivel crescut de conștiinciozitate, stabilitate emoțională și autonomie. Preadolescenții cu nivel înalt al perseverenței manifestă aceleași caracteristici ca și preadolescenții cu nivel înalt al voinței. În plus ei mai prezintă și creativitate, acționând altfel decât ceilalți și nu se lasă conduși de alții.

Cercetarea experimentală realizată ne permite să elaborăm portretul psihologic al preadolescentului cu nivel înalt de dezvoltare al voinței.

Preadolescent cu nivel înalt de dezvoltare al voinței

Calități volitive

Trăsături de personalitate

Capacitate de atingere a scopului

Amabilitate

Angajament și efort consecvent și de durată în parcursul său spre îndeplinirea obiectivelor

Interes pentru cei din jur, respectă părerile și drepturile celor din jur, tinde să aibă relații bune cu cei din jur

Curajul și capacitatea de a lua decizii

Conștiinciozitate

Forță și îndrăzneală în învingerea dificultăților, fermitate în comportament și acțiuni, alegerea opțiunilor potrivite

Are o considerație aparte pentru norme și reguli, este ordonat, își sistematizează și pregătește acțiunile, depune efort și străduință

	să facă totul bine, este de încredere
<i>Perseverență și fermitate</i>	<i>Stabilitate emoțională</i>
Stabilitate și statornicie, poziție liniară și consecventă în cazul apariției obstacolelor în parcursul spre scop	Gândește pozitiv, dă dovadă de optimism, își stăpânește emoțiile, are încredere în forțele proprii
<i>Inițiativă și independență</i>	<i>Autonomie</i>
Activism și îndrăzneală în acțiuni, organizarea independentă a timpului, comportamentului, dorințelor și scopurilor	Acționează diferit de ceilalți, manifestă creativitate și nu acceptă constrângeri
<i>Autocontrol și anduranță</i>	
Controlul și reglarea propriilor acțiuni și comportamente, rezistență, tenacitate și robustețe	

Investigațiile trăsăturilor de personalitate și evidențierea profilului de personalitate la preadolescenții cu diferite niveluri de autoapreciere a voinței cât și a perseverenței **ne permit să consemnăm următoarele concluzii care completează cu idei noi știința psihologică:**

Trăsăturile de personalitate întâlnite la preadolescenții cu nivel înalt al autoaprecierii voinței sunt: amabilitatea, conștiinciozitatea și stabilitatea emoțională. La preadolescenții cu nivel înalt de dezvoltare al perseverenței alături de conștiinciozitate și stabilitate emoțională se regăsește și autonomia.

Trăsăturile de personalitate stabilite contribuie la reliefarea portretului psihologic al preadolescentului cu nivel înalt al autoaprecierii voinței și completează cu idei noi abordarea dezvoltării personalității în preadolescență.

Conceptualizarea voinței în preadolescență a fost posibilă prin elaborarea portretului psihologic al preadolescentului cu nivel înalt de dezvoltare al voinței, ce înglobează descrierea calităților volitive și a trăsăturilor de personalitate caracteristice acestuia.

Portretul psihologic al preadolescentului cu nivel înalt al voinței ne-a permis să fundamentăm un model nou de intervenții psihologice orientat la dezvoltarea și optimizarea voinței și a calităților volitive la această vârstă.

Corespunzător cu concluziile și interpretările evidențiate mai sus *presupunerea că preadolescenții cu niveluri ridicate de dezvoltare ale voinței prezintă următoarele trăsături de personalitate: autonomie, conștiinciozitate și stabilitate emoțională se adevărește parțial.*

2.4. Concluziile la capitolul 2

Studiul asupra voinței și calităților volitive la preadolescenți **reliefează următoarele concluzii de ordin inovativ și stabilesc o serie de caracteristici ale voinței** pentru această etapă de vârstă:

1. Un număr mic din preadolescenți manifestă nivel înalt al autoaprecierii voinței. Nivelul înalt al autoaprecierii voinței prevalează la preadolescenții de gen masculin. Evoluția modului de autoapreciere a voinței ne permite să menționăm că preadolescenții de 14 – 15 ani demonstrează un nivel mai înalt al acesteia.
2. Preadolescenții incluși în demersul constativ prezintă și o anumită specificitate a perseverenței. Un număr mare din preadolescenți se caracterizează prin nivel înalt de dezvoltare a perseverenței. Cel mai accentuat nivel al perseverenței îl întâlnim la preadolescente. Preadolescenții de 14 – 15 ani demonstrează o perseverență mai dezvoltată comparativ cu preadolescenții mai mici și anume cei de 10 – 12 ani și cei de 13 ani.
3. Împreună cu autoaprecierea voinței și perseverența, preadolescenții dau dovadă și de următoarele calități volitive legate de factorul expresivitate: inițiativa și independența, capacitatea de atingere a scopului, precum și autocontrolul și anduranța; cele legate de factorul generalizare: perseverența și fermitatea, autocontrolul și anduranța și capacitatea de atingere a scopului. Atât preadolescenții cât și preadolescentele manifestă aceleași calități volitive (sub aspectul factorului expresivitate cât și a celui de generalizare). Pentru preadolescenți sunt mai caracteristice inițiativa și independența, autocontrolul și anduranța și capacitatea de atingere a scopului (factorul expresivitate) și perseverența și fermitatea, autocontrolul și anduranța și capacitatea de atingere a scopului (factorul generalizare). La preadolescente evidențiem sub aspectul factorului expresivitate: inițiativă și independență, capacitate de atingere a scopului și autocontrol și anduranță. Din calitățile volitive, factorul generalizare la preadolescente vom enumera: perseverența și fermitatea, autocontrolul și anduranța și capacitatea de atingere a scopului. Cele mai dezvoltate calități volitive (factorul expresivitate) la preadolescenții de 10 – 12 ani sunt: capacitatea de atingere a scopului, inițiativa și independența și autocontrolul și anduranța; (factorul generalizare) perseverența și fermitatea, autocontrolul și anduranța și capacitatea de atingere a scopului. Odată cu înaintarea în vârstă, la preadolescenții de 13 ani constatăm capacitatea de atingere a scopului și inițiativa și independența (factorul expresivitate), autocontrolul și anduranța precum și perseverența și fermitatea și (factorul generalizare). Preadolescenții de 14 – 15 ani manifestă inițiativă și independență (factorul expresivitate) și perseverență și fermitate (factorul generalizare).

4. Totodată, cu cele expuse anterior, atestăm un număr mare de preadolescenți cu nivel scăzut și mediu al autoaprecierii voinței și a perseverenței. Pentru preadolescenții investigați sunt caracteristice și nivelurile scăzut și mediu a tuturor calităților volitive (capacitatea de atingere a scopurilor, curajul și capacitatea de a lua decizii, perseverența și fermitatea, inițiativa și independența, autocontrolul și anduranța).
5. Preadolescenții cu nivel înalt al autoaprecierii voinței se caracterizează prin trăsături de personalitate specifice dintre care vom enumera: amabilitatea, conștiinciozitatea și stabilitatea emoțională. Preadolescenții cu nivel înalt de dezvoltare a perseverenței, pe lângă conștiinciozitate și stabilitate emoțională, prezintă și autonomie.
6. Analiza rezultatelor demersului experimental și fundamentarea portretului psihologic al preadolescentului cu nivel înalt de dezvoltare al voinței constituie temeiul în elaborarea și implementarea intervențiilor psihologice în vederea dezvoltării voinței și a calităților volitive pentru a minimaliza efectele unei voințe și a calităților volitive slab dezvoltate precum și a diminua consecințele și riscurile asupra dezvoltării sferei afective, reglatorii și a personalității. Doar o intervenție psihologică imediată poate contribui la păstrarea sănătății mintale și a stării de bine a preadolescenților cât și la dezvoltarea armonioasă ulterioară a acestora.

3. DEZVOLTAREA CALITĂȚILOR VOLITIVE LA PREADOLESCENȚI

3.1. Metodologia și conținutul demersului formativ

Demersul constatativ, rezultatele obținute și concluziile formulate ne-au permis să evidențiem existența unui număr mare de preadolescenți cu nivel scăzut și mediu de dezvoltare al autoaprecierii voinței, perseverenței și a calităților volitive (capacitatea de atingere a scopului, curajul și capacitatea de a lua decizii, perseverența și fermitatea, inițiativă și independență, autocontrol și anduranță), precum și al trăsăturilor de personalitate conexe (conștiinciozitatea, stabilitatea emoțională și autonomie).

Acești preadolescenți se caracterizează prin incapacitatea de a lua decizii sau ezitarea luării deciziilor, irosirea forțelor, atunci când se ciocnesc cu dificultăți și obstacole, preferința de a renunța la luptă, neajungând să atingă scopurile sau obiectivele proprii. Consecințele pe termen lung ale voinței și a calităților volitive slabe se reflectă în toate activitățile întreprinse, în calitatea vieții, în realizarea cu succes a sarcinilor și în performanțele atinse.

Din cele expuse mai sus, considerăm că este absolut necesar de a elabora și implementa un program de intervenție psihologică orientat la dezvoltarea voinței și a calităților volitive la preadolescenți.

În conformitate cu cele enunțate formulăm următorul **scop pentru demersul formativ:** *elaborarea și implementarea unui model nou de intervenții psihologice în vederea dezvoltării voinței și a calităților volitive.*

De la scopul cercetării am lansat **următoarea ipoteză:** *presupunem că intervențiile psihologice special organizate pot să influențeze pozitiv dezvoltarea voinței și a calităților volitive la preadolescenți și prin aceasta să contribuie la dezvoltarea personalității.*

În corespundere cu scopul și ipoteza lansată pentru demersul formativ, programul de intervenții psihologice presupune următoarele obiective:

1. *Creșterea nivelului voinței, prin optimizarea expresivității și a susținerii acesteia;*
2. *Creșterea capacității de stabilire a scopului, a curajului și capacității de a lua decizii, a perseverenței și fermității, a inițiativei și independenței, a autocontrolului și anduranței.*

Programul de intervenții psihologice orientat la dezvoltarea voinței și a calităților volitive este fundamentat pe următoarele principii:

1. **Promovarea coeziunii de grup.** Acest principiu invocă sentimentele de încredere, apartenență și acceptare. Coeziunea se realizează prin desfășurarea activităților de pregătire a grupului, identificând așteptările preadolescenților, definind regulile grupului și instruind membrii cu privire la rolurile acestora; stabilirea clarității cu privire la procesele și normele de grup în sesiunile timpurii; transmiterea feedback-ului ar trebui să fie ghidat de scopul de a

facilita construirea de relații; stabilirea și menținerea unui climat emoțional specific. Stabilirea unui echilibru între nivelul de anxietate și expresivitatea emoțională pentru a optimiza explorarea psihologică și creșterea; managementul psihoterapeutului asupra prezenței sale emoționale pentru a servi drept model pentru grup ca întreg; concentrarea principală pe facilitarea exprimării emoționale a membrilor grupului, capacitatea de reacție a celorlalți la acea expresie și sensul comun derivat din această expresie [144].

2. Conform *teoriei rogersiene* centrate pe persoană, elementul cheie al procesului psihoterapeutic constă în **autenticitatea** psihoterapeutului. Autenticitatea se referă la reprezentarea corectă a experienței imediate în conștiința psihoterapeutului, cu alte cuvinte toate sentimentele trăite de psihoterapeut să fie disponibile conștiinței acestuia, să fie capabil să fie el – însuși, indiferent de natura sentimentelor și atitudinilor sale [50].
3. **Egalitate și unicitate.** Fiecare preadolescent va învăța treptat, își va exersa încrederea, va avea posibilitatea să fie recunoscut și acceptat de către ceilalți cu toate aspectele sale importante și mai puțin importante [88].
4. Relația terapeutică se bazează pe **securitatea** primară – psihoterapeutul are rolul de a-i încuraja, sprijini, ghida pe preadolescenții din grupul de formare. Această relație deblochează preadolescenții și le oferă posibilitatea de a aborda fricile, dificultățile și unele aspecte respinse ale sinelui [88].
5. În grupul de preadolescenți terapeutul este purtătorul proiecțiilor parentale. Acesta nu este întotdeauna un avantaj, mulți având relații nesatisfăcătoare cu proprii părinți, pe care le transferă în relația cu terapeutul. Mai ales la preadolescenții cu probleme de comportament este prezentă neîncrederea în adulți ca rezultat al introiecției unor figuri parentale insecurity. Cu ei, psihoterapeutul trebuie să aibă abilitatea de a le câștiga încrederea. El nu se circumscrie rolului de figură parentală recuperatorie, ci aceluia de **figură de atașament nouă**, care-i oferă preadolescentului un nou mod de a relaționa. Are rol de recunoaștere și acceptare necondiționată a preadolescenților, astfel facilitându-le creșterea stimei de sine [88, p. 116].
6. **Universalitate.** Acest principiu presupune recunoașterea faptului că alții din grup împărtășesc sentimente, gânduri și probleme similare.
7. **Altruism.** Principiul altruismului reprezintă extinderea ajutorului către alți membri ai grupului cu sprijin, înțelegere sau îndrumare.
8. **Încurajarea speranței.** Principiul încurajării speranței se realizează prin intervenții constructive între preadolescenții din grup, optimism sporit pentru propria îmbunătățire, asistând la succesele altora din grup.

9. **Furnizarea de informații.** Este posibilă respectarea acestui principiu prin primirea de noi înțelegeri, educație sau sfaturi de la psihoterapeut sau de la alți preadolescenți din grup.
10. **Dezvoltarea tehnicilor de socializare.** Programul de intervenții psihologice a presupus practicarea și primirea de feedback cu privire la comunicare și stilurile relaționale.
11. **Comportament imitativ.** Pe tot parcursul intervențiilor psihologice modelarea autoexplorării, activității și dezvoltării personale a altor preadolescenți.
12. **Factori existențiali.** Eficiența intervențiilor psihologice depinde de acceptarea deciziilor de viață, precum și explorarea unei game de teme existențiale.
13. **Catharsis.** Programul de intervenții psihologice elaborat și implementat a fost centrat pe degajare și eliberare de sentimente puternice cu privire la experiențele trecute sau prezente. Psihoterapia de grup este un loc în care preadolescenții își vor elibera stresul acumulat, vinovăția, durerea și tristețea. Membrii grupului vor fi acolo unul pentru celălalt, iar psihoterapeutul va fi acolo pentru a-i ghida pe toți în condiții de siguranță.
14. **Învățare interpersonală.** Respectarea acestui principiu a fost posibilă prin obținerea de informații despre impactul cuiva asupra celorlalți prin feedback-ul oferit de alți preadolescenți; oportunități de a învăța cum să oferi feedback interpersonal în moduri adaptive și constructive. Preadolescenții vor avea ocazia să învețe din poveștile altora. Nu este întotdeauna ușor să observi ce faci greșit, dar poate fi mai ușor să vezi unde greșesc alții. Abilitatea de a relaționa cu ceilalți din grup îl va ajuta pe preadolescent să conștientizeze anumite lucruri despre comportamentele sale. Preadolescentul poate ajunge la o descoperire, pur și simplu, datorită observării celorlalți din grup sau a auzirii poveștilor lor.
15. **Înțelegere de sine.** Conform acestui principiu, este necesară obținerea unei perspective asupra motivațiilor psihologice care stau la baza comportamentului și reacțiilor emoționale ale preadolescenților [203, 204].

Programul de intervenții psihologice conține tehnici din teoria și metodologia psihoterapiei experiențiale a unificării (metoda PEU). Metoda PEU este o strategie de facilitare, deblocare, vindecare și dezvoltare a conștiinței de sine, de alții și de mediu și presupune un proces structural și creativ de transformare al Eului prin reintegrarea Sinelui. PEU este o terapie holistică, interesată de funcționarea sănătoasă a întregului organism – simțuri, corp, emoții, intelect; este o abordare potrivită prin prisma căreia se poate concepe și dezvolta un model de dezvoltare și optimizare a calităților volitive. „Instrumentele și tehnicile psihoterapeutice sunt mai curând „vehicule”, exerciții, situații și scenarii simbolice provocative, de o mare diversitate și creativitate, în întâmpinarea nevoilor complexe și unicității fiecărei persoane, de la cele centrate pe comunicare simbolică de tip corporal, la cele axate pe comunicare verbală (prin joc de rol), de la

improvizație meloritmă (vocală și instrumentală), la improvizație prin dans și mișcare simbolică, de la modelaj și expresie plastică – la dramaterapie și metaforă transformativă, de la experimentarea contactului empatic revelatoriu – la meditația creativă individuală și de grup” [49, p. 287].

Tehnicile utilizate sunt specifice abordării experiențial-unificatoare și se împletesc în metoda propusă, astfel încât să susțină obiectivul principal, acela al dezvoltării voinței și a calităților volitive. Printre acestea enumerăm:

Exercițiile expresiv-creative cu suport artistic individuale și de grup: „Analiza așteptărilor și fricilor”; „Exercițiu de cunoaștere”; „Corul”; „Metoda Photolangage – Ce mi-aș dori să fiu și ce nu mi-aș dori să fiu”; „Colajul”; „Sunt viu atunci când”; „Citate amestecate”; „Să scriem frumos”; „Explorarea beneficiilor”; „Sărbătorirea și mulțumirea”.

Tehnici de mișcare corporală: „Pizza”; „Pisicuța”; „Baloanele”; „Dă-te înapoi”; „Jocul numelui”; „Jocul statuiilor”; „Încurcat în noduri”; „Atomi și molecule”; „1,2,3”; „Degetele”; „Dentistul”.

Jocurile de rol: „Concentrează-te”; „Joc de salut”; „Cine este câștigătorul?”.

Jocuri psihodramatice: „Gestul”; „Repetiția lineară”; „Ce faci dacă...?”.

Jocuri creative: „Sunt ca...”; „Căpitanul jocului este...”.

Scrierea de poezii: „Visul”.

Narațiunea: „Căutătorul de riscuri”; „Am o problemă”; „Povestea terapeutică”; „Modele de perseverență”; „O lume trăsniță”.

Exerciții de relaxare și meditație: „Harta drumului”; „Joc de respirație”; „Meditația”; „Exercițiu de relaxare și meditație”.

În același timp am făcut uz și de tehnici de tip cognitiv-comportamental pentru a facilita autoconstruirea deprinderilor analitice și decizionale [24, 28]. Conform teoriei cognitiv-comportamentale, scopul psihoterapeutului este de a-l ajuta pe preadolescent să deslușească felul în care acesta își reprezintă și își creează realitatea personală. „Într-o manieră de tipul rezolvării de probleme, psihoterapia cognitiv-comportamentală explorează ce anume ar putea întreprinde pacienții în vederea modificării propriilor lor convingeri iraționale și comportamente dezadaptative” [24, p. 139].

Strategii de tip cognitiv-comportamental: „Stabilirea regulilor”; „Prezentarea obiectivelor”; „Ce vreau?”; „O zi din viață”; „Activități extra-curriculare”; „Expresii care încântă, expresii care rănesc”; „Care este amenințarea?”; „Planificarea petrecerii”; „Sunt un copil puternic, pentru că...”.

Ținem să menționăm că o parte din tehnici au fost preluate și adaptate conform obiectivelor programului de intervenții psihologice, iar altele au fost create și adaptate în același scop.

În continuare vom face referire la intervențiile psihologice pe care le-am elaborat și realizat.

În experimentul formativ au fost incluși 24 de preadolescenți a câte 12 în grupul experimental și 12 în grupul de control. Pentru grupul experimental și grupul de control am selectat preadolescenți care prezintă nivel scăzut și mediu al autoaprecierii voinței la *Chestionarul de autoapreciere a voinței (după E. Руденский)*, al perseverenței la *Scala perseverenței (după A. Duckworth)* și a calităților volitive la *Tehnica de studiere a calităților volitive ale personalității (de H. Стамбулова)*. Rezultatele grupului experimental sunt omogene cu cele ale grupului de control, astfel încât nu am stabilit diferențe semnificative statistic între rezultatele preadolescenților (vezi anexa 4, tabelul A.4.1 – tabelul A.4.12).

Intervențiile psihologice au fost realizate cu o frecvență de o dată pe săptămână, în decurs de trei luni (februarie – aprilie 2019), astfel numărul total a constituit 12 activități. Durata unei activități a oscilat între 100 și 120 de minute.

Alături de principiile și tehnicile aplicate vom descrie și structura metodologică a programului de intervenții psihologice. Astfel programul a cuprins trei părți importante:

Partea introductivă a fost orientată la pregătirea preadolescenților pentru activitatea formativă de grup, inițierea cunoașterii și interacțiunii interpersonale, stabilirea regulilor și obiectivelor programului de intervenții psihologice, identificarea așteptărilor și fricilor personale, crearea unui cadru propice pentru parcurgerea întregului program. Tot aici au fost incluse activități și jocuri de spargere a gheții și jocuri pentru dezvoltarea coeziunii de grup. Primele două ședințe din programul de intervenții psihologice au fost introductive.

În continuare vom exemplifica secvențele din prima ședință a programului de intervenții psihologice.

ȘEDINȚA 1

Exercițiu de prezentare a numelui

Timp: 15 min.

Scop: stabilirea contactului inițial, stimularea cunoașterii interpersonale.

Preadolescenții vor sta în cerc și vor spune pe rând numele pronunțând doar vocalele. Elevul care urmează va repeta numele colegului, apoi îl va spune pe al sau. Jocul va continua, spunând numele doar cu ajutorul consoanelor.

Exercițiu de cunoaștere

Timp: 20 min.

Scop: stimularea cunoașterii interpersonale, identificarea aspectelor personale forte vs. slabe

Materiale: 15 hârtii cartonate, folie de staniol, carioci, bandă adezivă.

Preadolescenții vor primi câte o foaie cartonată, folie de staniol și carioci. Vor lipi folia pe foaia de carton și vor desena portretul lor pe mijloc și își vor scrie numele lor în interior. În partea stângă de sus vor scrie la ce sunt buni. În partea dreaptă de sus vor nota ce experiențe deosebite au trăit. În partea stângă de jos vor scrie cu ce se confruntă sau ce le dă bătăi de cap. Iar în partea dreaptă de jos vor scrie ce vise au. După completarea acestor cartonașe elevii se vor plimba prin sală și vor discuta în grupuri de câte doi cele 4 aspecte de pe cartonașele lor. La final vor lipi cartonașele pe peretele sălii.

Analiza așteptărilor și a fricilor. Stabilirea regulilor

Timp: 20 min.

Scop: analiza așteptărilor, identificarea temerilor și obstacolelor, stabilirea regulilor.

Materiale: două coli de hârtie A1, post-ituri, hârtie cartonată galbenă, foarfece, markere, lipici, bandă adezivă.

Se vor lipi orizontal două coli de hârtie A1 pe perete și elevii vor fi invitați să creeze o grădină. Mai întâi vor trebui să pună semințe în sol. Ei vor nota pe niște post-ituri sub forma unor semințe ce așteptări au și le vor lipi pe partea de jos a colii. Apoi pe alte post-ituri sub formă de pietre vor scrie care sunt fricile lor. Acestea vor fi lipite printre semințe. Elevii vor fi întrebați de ce este nevoie ca aceste semințe să crească. Astfel vom propune să creăm un soare, iar pe razele acestuia vom nota câteva reguli de urmat în cadrul activităților acestui program.

Prezentarea obiectivelor

Timp: 15 min.

Scop: conștientizarea beneficiilor formării și dezvoltării abilităților din programul propus

Materiale: coli A4 cu obiectivele, bandă adezivă.

Vom analiza ce ne dorim să obținem, în urma participării la activitățile din acest program. Vom întreba copiii „De ce credeți că e important să ne dezvoltăm voința? Cu ce ne ajută acest lucru?” Astfel, obiectivele vor fi notate pe niște coli A4 de hârtie sub forma unor tălpi. Acestea vor fi așezate pe jos. Vom ruga elevii să se plimbe prin sală și să citească obiectivele propuse. Apoi vor identifica care dintre obiectivele propuse sunt importante pentru ei. Apoi vom crea o cărare imaginară spre grădina cu așteptări și vom lipi tălpile cu obiectivele date.

Stabilirea regulilor

Preadolescenții vor fi rugați să enumere câteva reguli pentru o bună desfășurare a activității de grup. Li se pot oferi două exemple, care vor fi scrise pe o coală de hârtie. Ei vor fi încurajați să continue să scrie lista de reguli și pedepse, în cazul în care regulile nu vor fi respectate.

Prezentare scurtă despre voință și calitățile volitive

Timp: 10 min.

Scop: informarea cu privire la tema programului de intervenții psihologice.

Materiale: prezentare Power Point cu câteva informații de bază legate de voință.

Psihologul va vorbi despre ce înseamnă voința și calitățile volitive.

Încheiere

Timp: 8 min.

Scop: stimularea exprimării verbale.

Preadolescenții vor fi rugați să facă câteva comentarii referitoare la activitate sau la ședință. Pot spune ceva ce au nevoie să spună cuiva din sală, oricărei persoane, să spună cum se simt în momentul prezent și să dea glas oricăror aprecieri, resentimente sau dorințe.

Anunțarea posibilității de desfășurare a unui joc la alegere „Căpitanul jocului este...?”

Timp: 2 min

Scop: stimularea inițiativei, stimularea abilităților de vorbire în public.

Fiecare preadolescent va avea posibilitatea să propună câte un joc pe toată desfășurarea programului. Astfel că toți copiii vor trebui să se gândească la un joc preferat sau la unul nou, pe care să-l explice participanților și apoi să-l joace împreună. Ei vor putea consulta cărțile cu jocuri puse la dispoziție. La consemnul „Căpitanul jocului este...?” cel care dorește să propună un joc va spune numele său.

Partea fundamentală a fost orientată la formarea și dezvoltarea voinței și calităților volitive, la îmbunătățirea coeziunii grupului, la stimularea conștientizării propriilor resurse, la formarea autoanalizei clarificatoare, la rezolvare de probleme și oferirea feed-back-ului. Programul de intervenții psihologice a cuprins șapte ședințe de acest fel.

Vom ilustra, în cele ce urmează, secvențe dintr-o astfel de ședință din partea fundamentală a programului de intervenții psihologice

ȘEDINȚA 7

Încurcat în noduri

Timp: 5–10 min.

Scop: dezvoltarea abilității de rezolvare de probleme.

Acest joc este o metodă distractivă pentru a introduce tipul de gândire secvențială care ajută la rezolvarea problemelor. O persoană va sta cu spatele și va aștepta să se prindă toți participanții de

mâini. Ceilalți se vor ține de mâini, într-un cerc și vor începe să se lege, răsucindu-se, întorcându-se sau strecurându-se pe sub brațe. Singura regulă este că nimeni nu trebuie să dea drumul mâinii celeilalte persoane. Se pot folosi și picioarele pentru a face bucle, dacă este o poziție stabilă. La sfârșit, persoana rămasă în afară trebuie să încerce să îi dezlege, căutând să găsească ordinea mișcărilor pentru a desface nodul.

Am o problemă

Timp: 15 min.

Scop: dezvoltarea capacității de a lua decizii, stimularea gândirii creative.

Primul pas în luarea unei decizii bune este să analizezi toate opțiunile. Acest joc încurajează preadolescenții să facă numai acest lucru.

Preadolescenții vor fi împărțiți în 3 grupuri. Un jucător din fiecare grup se gândește la o situație-problemă, care ar putea fi serioasă sau comică – de exemplu, nu mai poți coborî dintr-un copac sau te-ai certat cu cel mai bun prieten. Apoi fiecare va oferi cât mai multe soluții. La sfârșit, fiecare persoană trebuie să aleagă ideea cea mai amuzantă la situația-problemă expusă, cea pe care a considerat-o cea mai inedită și cea mai rațională.

Sunt viu atunci când...

Timp: 20 min.

Scop: stimularea autoanalizei, activarea resurselor personale.

Materiale: coli de hârtie, creioane, carioci, markere.

Acest exercițiu este eficient în special cu preadolescenții care poate au nevoie să identifice și să intre în contact cu acel sentiment de a fi viu.

Preadolescenții își vor imagina un moment din viață în care s-au simțit foarte vii, puternici sau extrem de fericiți. Apoi vor realiza un desen al propriei lor persoane, în care vor reprezenta părțile lor puternice, pline de viață. Îi vom încuraja pe copii să retrăiască acel moment și să-și amintească sentimentele, ce făceau și cum se simțeau corpurile lor. Apoi copiii vor fi rugați să se ridice și să se miște în orice fel doresc, pentru a exprima sentimentele pe care le au în acel moment.

Ce vreau?

Timp: 10-15 min.

Scop: dezvoltarea capacității de a stabili scopuri.

Materiale: coli de hârtie, markere

Copii vor fi rugați să își stabilească singuri scopuri anuale, folosind următoarele întrebări care să îi ajute să le specifice:

1. Patru lucruri pe care vreau să le fac singur anul viitor?

2. Patru lucruri pe care le doresc pentru familia mea?
3. Patru lucruri pe care le doresc pentru lume?

Ce vreau?

Stabiliți câte 4 scopuri anuale:

4 lucruri pe care vreau să le fac singur anul viitor	4 lucruri pe care le doresc pentru familia mea	4 lucruri pe care le doresc pentru lume

Pentru ultimele două categorii, încurajați copiii să recunoască propria lor putere de a schimba lucrurile. Sunt câteva lucruri mici în aparență pe care ar putea să le facă pentru a ajuta la îndeplinirea acestor scopuri.

Câteva informații despre scopurile bune:

Specifice – să explice foarte clar ceea ce dorește să obțină.

Ușor de organizat – împărțite în pași mici care pot fi făcuți.

Scrise – asta le face mai reale.

Flexibile – uneori scopul s-ar putea să fie adaptat în lumina lucrurilor care se întâmplă.

Stabiliți o perioadă de încheiere – cu o dată-limită care să aibă rolul de stimulent pentru a le îndeplini.

Sunt un proces pe toată durata vieții.

„Nu ești prea bătrân pentru a stabili încă un țel sau pentru a visa un nou vis.” (C. Lewis).

O lume trăsnită

Timp: 10 min.

Scop: stimularea abilităților de ascultare concentrată, dezvoltarea coeziunii de grup, îmbunătățirea memoriei.

Primul jucător începe cu „În lumea mea trăsnită...”, după care adaugă un fapt simplu cum ar fi „cerul este verde ca jadul”. Următorul repetă acest lucru, după care adaugă o a doua descriere, să zicem „În lumea mea trăsnită cerul este verde ca jadul și pisicile stăpânesc toate supermarketurile”. Continuați până când, în cele din urmă, un jucător renunță.

Poveste terapeutică – narațiunea

Timp: 15 min.

Scop: conștientizarea propriilor resurse, dezvoltarea capacității de a lua decizii, stimularea curajului și a inițiativei, stimularea abilităților de rezolvare a unei situații problemă, exersarea autocontrolului.

Materiale: povestea „A învinge un bătaș”, din cartea „101 de povești vindecătoare pentru copii și adolescenți” [9, p. 392 - 396].

Sau „Povestea lui Ulysse” fără sfârșit dat, adaptare după M. Pașca [60, 247 – 248].

Povestea lui Ulysse

„De mai mult timp, Ulysse se pregătea să plece într-o călătorie care să-i schimbe viața. El a studiat mai multe limbi străine, precum și hărți care să-i arate diferite zone ale lumii. Locul de destinație era mai puțin important, ceea ce-l interesa cu adevărat, era să plece.

Dificultățile au început să apară în momentul în care s-a prezentat la o agenție de turism pentru a-și rezerva un bilet de avion. Bărbatul de la ghișeu i-a pus mai multe întrebări obișnuite pentru a afla locul și momentul când vrea să plece.

- Eu nu vreau să merg în Mexic, în Grecia sau în Italia.

- Unde vreți atunci să mergeți? l-a întrebat funcționarul de la ghișeu.

- În mod sigur, nu vreau să merg în Anglia, în Australia și nici în Germania.

- Pe mine nu mă interesează unde nu vreți să mergeți, zise funcționarul din ce în ce mai nerăbdător.

- Pe noi ne interesează unde ați vrea să plecați în călătorie.

- Nu mă interesează nici Spania sau Portugalia, nici India sau Rusia, zise Ulysse.

În acel moment își dădu seama de impasul său și se întoarse acasă. În acea noapte a avut un vis; se făcea că se afla într-un aeroport și privea plecarea mai multor avioane. Deodată îi apărură în fața ochilor marele Lindberg, primul pilot care a traversat oceanul Atlantic în 1927 și care îi adresă următoarele cuvinte: „Avioanele sunt pregătite să zboare, nu contează unde. Pilotul este acela care decide locul unde va ateriza aparatul”.

Teme:

Citește cu atenție povestea.

Compune sfârșitul poveștii, alegând o țară de destinație pentru Ulysse. Scrie minim 5 rânduri.

Încheiere și rămas-bun

Partea finală, de feedback, a fost alcătuită din exerciții de activare a resurselor personale, de formare a abilităților de planificare, organizare și relaxare, de conștientizare a beneficiilor programului psihoterapeutic parcurs, de oferire a aprecierilor reciproce și stimularea recunoștinței. S-au organizat trei ședințe finale.

Mai jos vom prezenta ședința finală din cadrul programului de intervenții psihologice.

ȘEDINȚA 12

Căpitanul jocului este...

Timp: 10 min.

Scop: stimularea inițiativei, stimularea abilităților de vorbire în public

Explorarea beneficiilor

Timp: 15 min.

Scop: evaluarea abilităților formate și dezvoltate, analiza beneficiilor acestor abilități

Materiale: post-iture sub formă de flori, markere.

Elevii vor fi rugați să se gândească la abilitățile sau calitățile pe care le-au dezvoltat în urma participării la acest program. Ei vor analiza de ce sunt utile anumite abilități. Conștientizarea beneficiilor unei abilități este o sursă de motivație importantă. Printre avantajele care au sens semnificativ pentru copii, pot fi cele legate de crearea unor relații noi, unii pot deveni mai populari printre prieteni, unii sunt lăudați mai des de părinți că realizează mai bine anumite responsabilități sau bucuria de a practica activitățile preferate. Toate beneficiile și abilitățile formate se vor nota pe post-iture și se vor lipi pe „Grădina” de pe perete, lipită în prima ședință, care, între timp, a dat roade. Ei vor desena plantele și vor lipi post-iturile în partea de sus a colii de pe perete. Dacă consideră că au dispărut anumite obstacole din viața lor, ei vor fi rugați să îndepărteze pietrele din partea de jos a colii.

Dentistul

Timp: 10 min.

Scop: joc de energizare.

Preadolescenții stau jos, în cerc și se țin de brațe. Un copil va fi dentistul și va sta în afara cercului. El trebuie să se plimbe în jurul cercului și să încerce să scoată „un dinte”. Cine a fost scos va fi eliminat din joc. Copilul care nu a fost scos, va deveni dentist și va continua jocul. Vor câștiga ultimii trei participanți care rămân în joc.

Exercițiu de relaxare și respirație

Timp: 10 – 15 min.

Scop: formarea abilităților de relaxare și stimularea abilităților de ascultare activă.

Copiii, la fel de mult ca și adulții, au nevoie de ajutor în a exersa cum să se relaxeze. Copiii își încordează mușchii, devin tensionați, suferă de dureri de cap și de stomac, se simt obosiți și copleșiți de programul încărcat pe care îl au. Tensiunea fizică și emoțională este uneori exprimată printr-un comportament care, la suprafață, pare irațional. Faptul de a-i ajuta pe copii să se relaxeze le poate ușura tensiunea și adesea îi ajută să exprime sursa tensiunii.

Preadolescenții se vor așeza confortabil și vor asculta următoarele indicații:

„Haideti să închidem ochii. Acum, încordați-vă toți mușchii din corp în același timp. Picioare, brațe, maxilare, pumni față, umeri, stomac. Țineți-le strânse. Acum relaxați-vă și simțiți tensiunea cum curge în afara corpului și minții voastre...cum se înlocuiește tensiunea cu energie calmă, pașnică...lăsând fiecare inspirație să aducă liniște și relaxare...”.

Sărbătoarea și mulțumirea

Timp: 40 min.

Scop: valorizarea și confirmarea rezultatelor obținute în cadrul programului și exersarea abilității de mulțumire.

Materiale: coli de hârtie, markere, farfurii, pahare, băuturi răcoritoare și dulciuri.

Vom organiza o mică petrecere la finalul activității. Elevii vor fi invitați să scrie mici declarații de mulțumire. Ei pot fi ajutați de întrebările: „Cine sau ce te-a ajutat să înveți o anumită abilitate?” „Cum te-au ajutat cei din jur?” și „Cum ai vrea să le mulțumești?”. Sunt întrebări care îi ajută pe copii să conștientizeze modul în care ceilalți oameni au contribuit la creșterea și maturizarea lor. Recunoștința față de susținători este o componentă importantă în confirmarea socială a schimbării, o perioadă de manifestare a respectului față de toți cei care au făcut posibil ca un copil să facă acel pas important în dezvoltarea sa.

3.2. Evaluarea eficienței demersului formativ orientat la dezvoltarea voinței și a calităților volitive la preadolescenți

După administrarea programului de intervenții psihologice orientat la dezvoltarea voinței și a calităților volitive la preadolescenții din grupul experimental pentru evaluarea eficienței acestuia am aplicat repetat, atât la preadolescenții din grupul experimental cât și la preadolescenții din grupul de control, următoarele teste și chestionare: *Chestionarul de autoapreciere a voinței (după E. Руденский)*, *Scala perseverenței (după A. Duckworth)*, *Tehnica de studiere a calităților volitive ale personalității (de H. Стамбулова)* și *Chestionarul de personalitate cu 5 factori (CP5F) (după M. Albu)*.

În acest paragraf am verificat ipoteza conform căreia *presupunem că intervențiile special organizate pot să influențeze pozitiv dezvoltarea voinței și a calităților volitive și prin aceasta să contribuie la dezvoltarea personalității*.

Verificarea ipotezei a fost posibilă prin examinarea și analiza comparațiilor pe trei direcții: *rezultatele preadolescenților din GE test cu rezultatele preadolescenților din GE retest, rezultatele preadolescenților din GC test cu rezultatele preadolescenților din GC retest și pe final rezultatele preadolescenților din GE retest cu rezultatele preadolescenților din GC retest*.

Vom începe expunerea rezultatelor cu prima direcție de comparație în care vom ilustra mediile preadolescenților din GE test și cele ale preadolescenților din GE retest.

Pentru evaluarea modificărilor în autoaprecierea voinței la preadolescenți am administrat *Chestionarul de autoapreciere a voinței* (după E. Руденский). Mediile preadolescenților GE test și GE retest la autoaprecierea voinței sunt prezentate în figura 3.1.

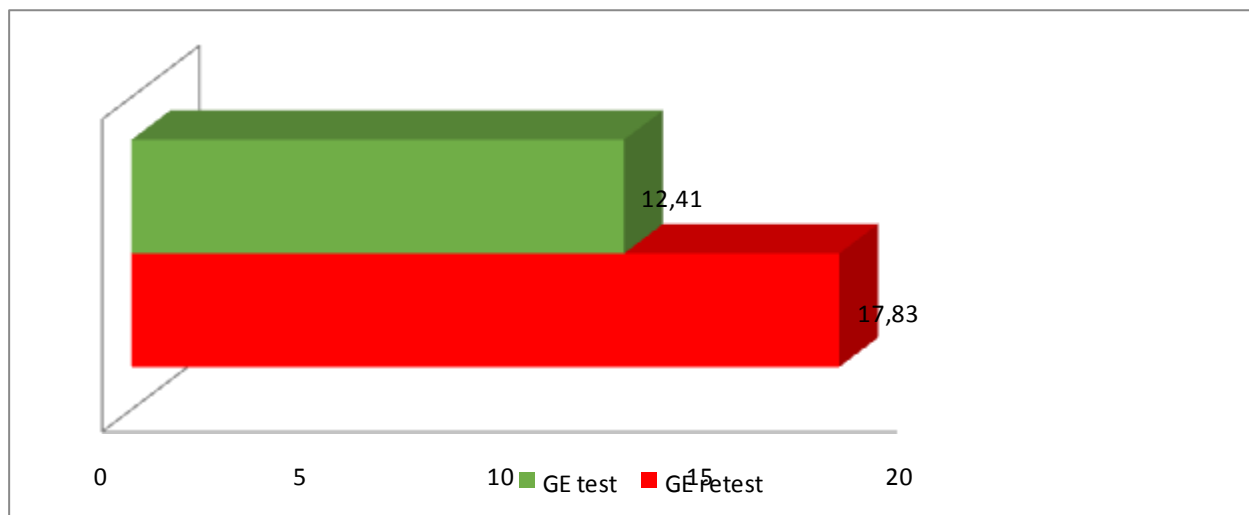


Fig. 3.1. Mediile pentru autoaprecierea voinței la preadolescenții din GE test și GE retest

Conform figurii 3.1. care ilustrează mediile preadolescenților din GE test și GE retest evidențiem că preadolescenții din GE test prezintă o medie mai mică pentru autoaprecierea voinței și anume 12,41 (u.m.). La preadolescenții din GE retest semnalăm o medie mai mare, de 17,83 (u.m.). Analiza statistică, conform testului Wilcoxon, ne arată prezența diferențelor semnificative între rezultatele preadolescenților din GE test cu cei din GE retest ($T=9$, $p \leq 0,01$). Schimbările în autoaprecierea voinței la preadolescenți se datorează intervențiilor psihologice implementate, care au fost orientate la creșterea nivelului voinței, prin optimizarea expresivității și a susținerii acesteia.

În continuare am investigat schimbările în perseverență la preadolescenții din GE test / retest. A fost posibil să examinăm perseverența prin aplicarea repetată a *Scalei perseverenței* (după A. Duckworth). Mediile preadolescenților din GE test și GE retest pentru perseverență pot fi vizualizate în figura 3.2.

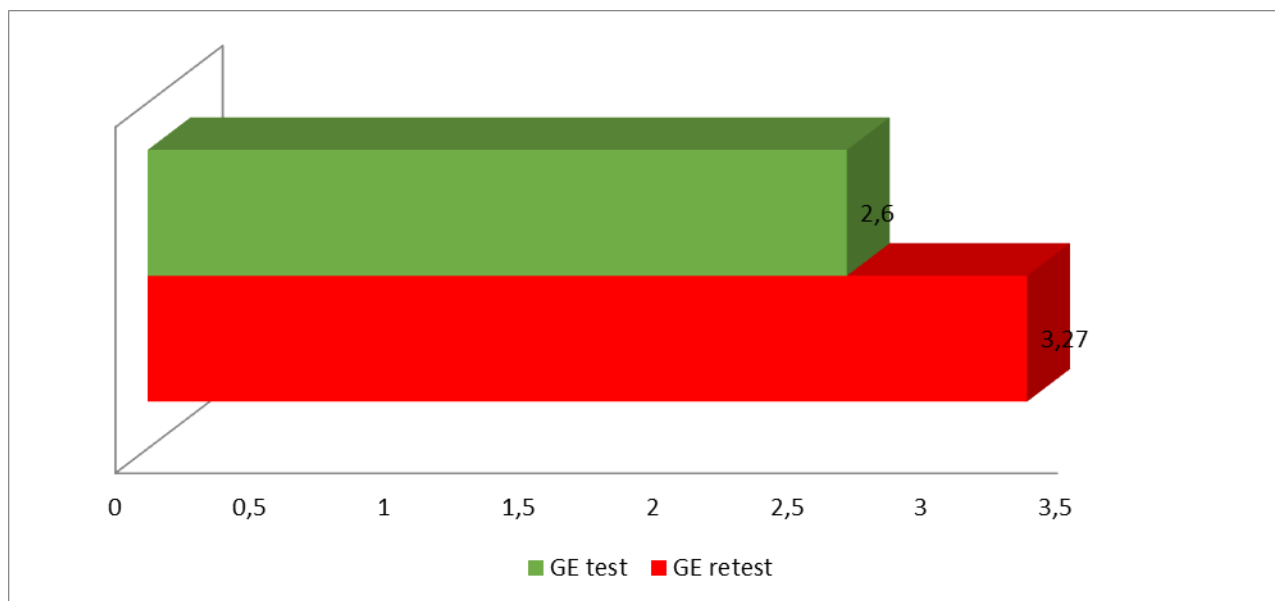


Fig. 3.2. Mediile pentru perseverență la preadolescenții din GE test și GE retest

În figura 3.2. atestăm următoarele medii pentru perseverență la preadolescenți: media de 2,6 (u.m.) este caracteristică preadolescenților din GE test, în timp ce la preadolescenții din GE retest identificăm o creștere a mediei (3,27 u.m.). După testul Wilcoxon stabilim diferențe semnificative statistic între rezultatele preadolescenților din GE test cu cei din GE retest ($T=3$, $p \leq 0,01$). Schimbările în perseverență la preadolescenți se explică prin intervențiile psihologice implementate, care au fost orientate la creșterea nivelului de perseverență și a capacității de a rezista la efort.

Pe lângă studiul autoaprecierii voinței și a perseverenței, demersul nostru a fost orientat și la studiul calităților volitive (capacitatea de atingere a scopului, curajul și capacitatea de a lua decizii, perseverența și fermitatea, inițiativa și independența, autocontrolul și anduranța) la preadolescenții din GE test și GE retest. Calitățile voinței au fost evaluate prin administrarea *Tehnicii de studiere a calităților volitive ale personalității* (de H. Стамбулова). Mediile pentru calitățile volitive, factorul expresivitate a preadolescenților din GE test și GE retest sunt prezentate în figura 3.3.

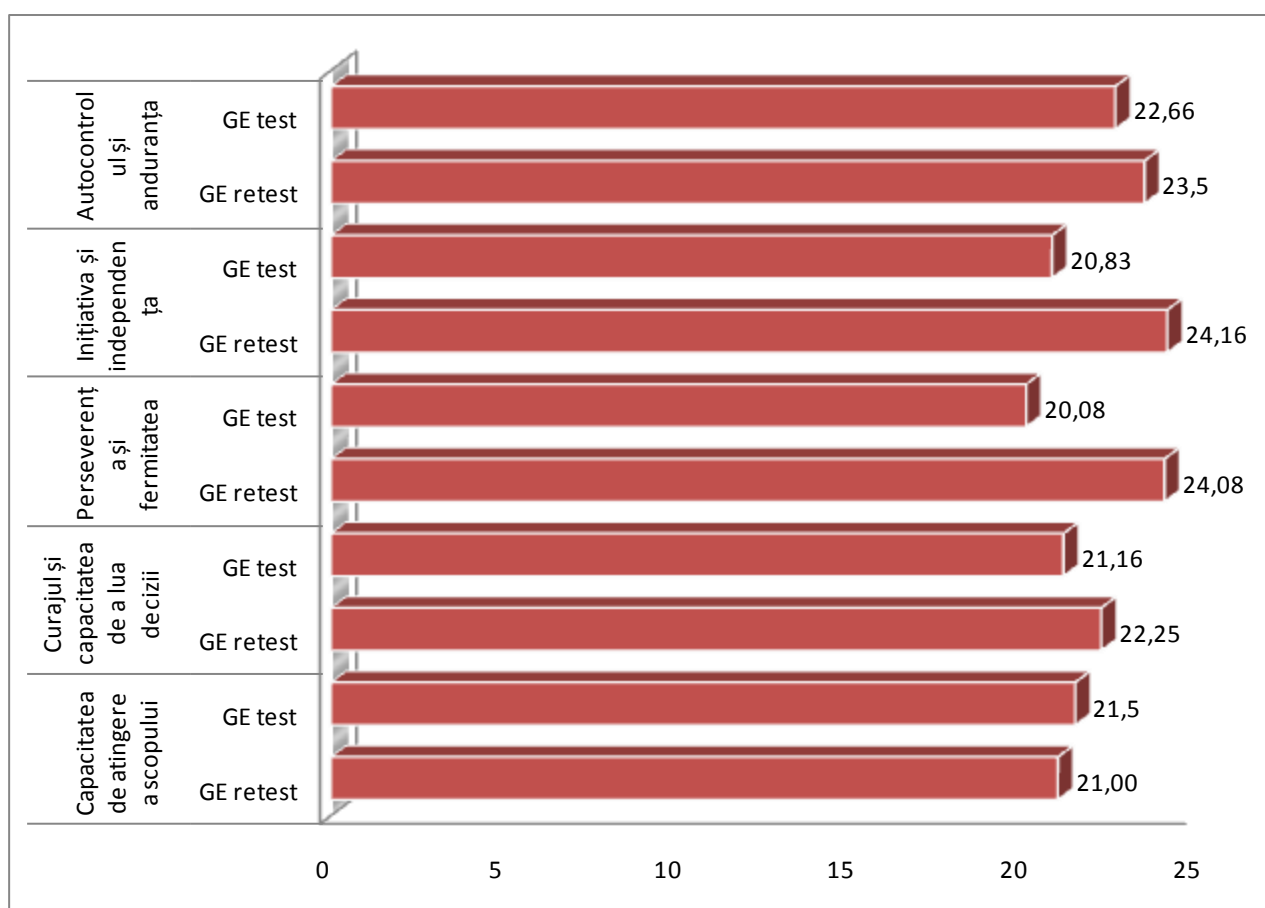


Fig. 3.3. Mediile pentru calitățile volitive, factorul expresivitate, la preadolescenții din GE test și GE retest

Preadolescenții din GE test prezintă o medie mai mare pentru capacitatea de atingere a scopului și anume 21,5 (u.m.), comparativ cu preadolescenții din GE retest, la care observăm o medie mai mică, de 21,00 (u.m.).

Pentru curajul și capacitatea de a lua decizii, sub aspectul factorului expresivitate, preadolescenții din GE test obțin o medie de 21,16 (u.m.), în timp ce la preadolescenții din GE retest atestăm o medie mai mare, de 22,25 (u.m.).

În aceeași figură, observăm că preadolescenții din GE test se caracterizează prin cea mai mică medie pentru perseverență și fermitate, sub aspectul factorului expresivitate și anume 20,08 (u.m.), spre deosebire de preadolescenții din GE retest, la care identificăm o medie mai mare: 24,08 (u.m.). Analiza statistică, conform testului Wilcoxon, ne indică prezența diferențelor semnificative între rezultatele preadolescenților din GE test și cei din GE retest ($T = 1$, $p \leq 0,01$). Diferențele la această calitate, sub aspectul factorului expresivitate, la preadolescenți au apărut grație intervențiilor psihologice aplicate, cu scopul optimizării perseverenței și fermității.

Alte calități ale voinței sunt inițiativa și independența, sub aspectul factorului expresivitate pentru această calitate preadolescenții ating următoare medii: preadolescenții din GE test: 20,83

(u.m.), iar preadolescenții din GE retest: 24,16 (u.m.). Conform testului Wilcoxon stabilim diferențe semnificative statistic între rezultatele preadolescenților din GE test și cei din GE retest ($T=10,05$, $p \leq 0,05$). Modificările în inițiativă și independență, sub aspectul factorului expresivitate la preadolescenți au apărut datorită intervențiilor psihologice care s-au implementat cu scopul sporirii nivelului de inițiativă și independență.

Remarcăm, în aceeași figură, că la preadolescenții din GE test se evidențiază următoarea medie pentru autocontrol și anduranță, sub aspectul factorului expresivitate: 22,66 (u.m.), media preadolescenților din GE retest este de 23,5 (u.m.).

Mediile pentru calitățile volitive, factorul generalizare a preadolescenților din GE test și GE retest sunt prezentate în figura 3.4.

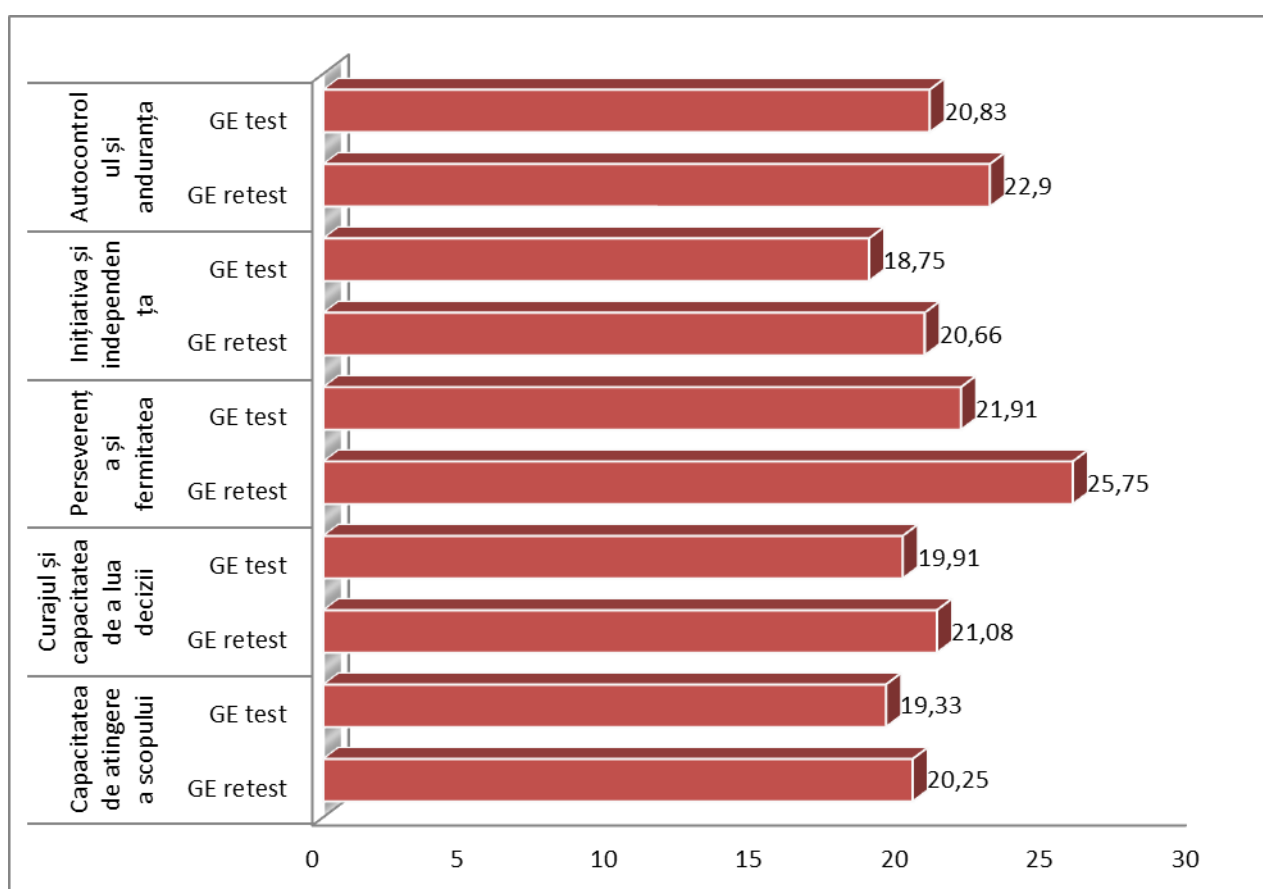


Fig. 3.4. Mediile pentru calitățile volitive, factorul generalizare, la preadolescenții din GE test și GE retest

Pentru capacitatea de atingere a scopului preadolescenții din GE test și cei din GE retest prezintă medii diferite. Astfel, la preadolescenții din GE test întâlnim următoarea medie: 19,33 (u.m.); iar la cei din GE retest media este de 20,25 (u.m.).

Pentru curaj și capacitatea de a lua decizii, sub aspectul factorului generalizare, cea mai mare medie este caracteristică preadolescenților din GE retest – 21,08 (u.m.); în timp ce pentru preadolescenții din GE test media este de 19,91 (u.m.).

Pentru perseverență și fermitate, sub aspectul factorului generalizare, preadolescenții din GE test prezintă o medie mai mică (21,91 u.m.), comparativ cu preadolescenții din GE retest – (25,75 (u.m.). Concomitent, după testul Wilcoxon, evidențiem diferențe semnificative statistic între rezultatele preadolescenților din GE test și rezultatele preadolescenților din GE retest ($T = 7$, $p \leq 0,01$). Schimbările la nivelul perseverenței și fermității, sub aspectul factorului generalizare, la preadolescenți au fost provocate de participarea la programul de intervenții psihologice, axat pe optimizarea nivelului de perseverență și fermitate, integrând caracterul general al acestora.

De asemenea, în figura 3.4. se regăsesc și mediile preadolescenților pentru inițiativă și independență, sub aspectul factorului generalizare. Preadolescenții din GE test obțin o medie de 18,75 (u.m.), iar preadolescenții din GE retest prezintă o medie de 20,66 (u.m.).

Pentru autocontrol și anduranță, sub aspectul factorului generalizare, preadolescenții din GE test au cea mai mică medie de 20,83 (u.m.), în timp ce atestăm o creștere a mediei la aceștia după administrarea programului de intervenții psihologice 22,90 (u.m.).

În continuare vom prezenta mediile preadolescenților din GE test și GE retest pentru trăsăturile de personalitate. Trăsăturile de personalitate la preadolescenți au fost puse în evidență prin aplicarea *Chestionarului de personalitate cu 5 factori (CP5F)* (după M. Albu). Mediile preadolescenților pentru extraversiune, amabilitate, conștiinciozitate, stabilitate emoțională și autonomie sunt prezentate în figura 3.5.

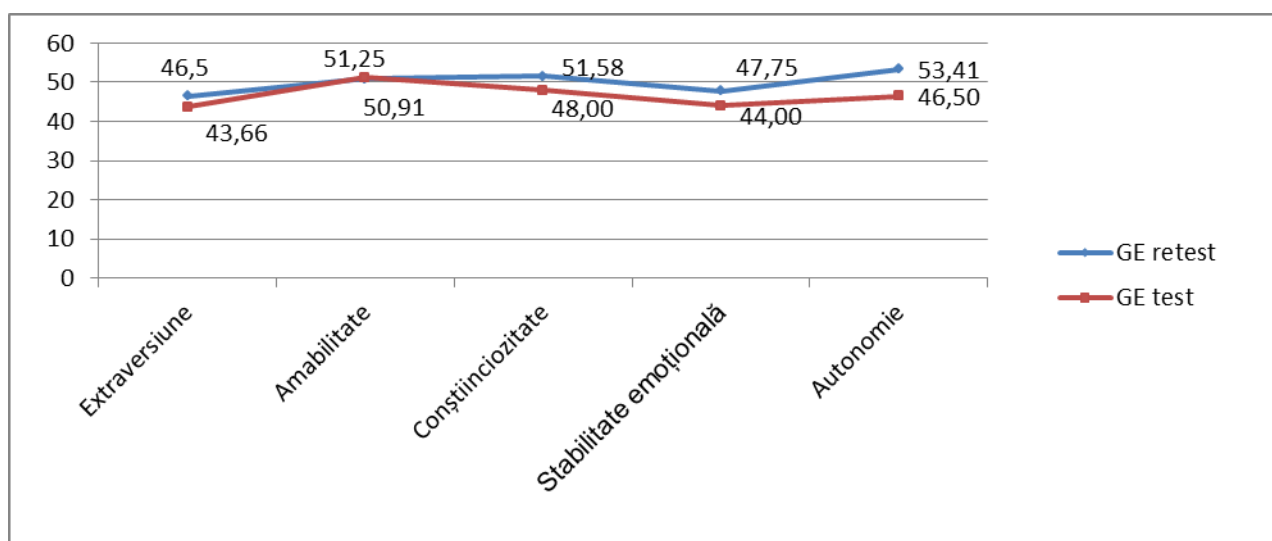


Fig. 3.5. Mediile pentru trăsăturile de personalitate la preadolescenții din GE test și GE retest

Conform mediilor din figura 3.5. observăm medii distincte pentru preadolescenții din GE test și preadolescenții din GE retest.

Pentru extraversiune la preadolescenții din GE test identificăm media de 43,66 (u.m.), iar la preadolescenții din GE retest media este de 46,50 (u.m.).

Se observă o ușoară descreștere a valorilor medii ale amabilității. La preadolescenții din GE test fiind prezentă valoarea de 51,25 (u.m.), iar la preadolescenții din GE retest identificăm o medie mai mică, de 50,91 (u.m.) pentru aceeași calitate a personalității.

În ceea ce privește conștiinciozitatea, media la preadolescenții din GE test este mai mică și e 48,00 (u.m.) comparativ cu media pentru preadolescenții din GE retest, care este de 51,58 (u.m.). În paralel, conform testului Wilcoxon, stabilim existența diferențelor semnificative statistic între rezultatele preadolescenților din GE test și rezultatele preadolescenților din GE retest, ($T=10$, $p \leq 0,05$). Modificările valorilor calităților de personalitate analizate, au fost determinate de participarea la programul de intervenții psihologice focusat pe creșterea calităților volitive, ce a avut impact asupra sporirii conștiinciozității la preadolescenți.

Observăm și o creștere a valorilor medii a stabilității emoționale la preadolescenții din GE test, aceasta fiind de 44,00 (u.m.), iar la preadolescenții din GE retest de 47,75 (u.m.).

Privitor la valorile medii la autonomie vom menționa că preadolescenții din GE test înregistrează o medie de 46,5 (u.m.), iar la preadolescenții din GE retest atestăm o medie de 53,41 (u.m.). Conform testului Wilcoxon, identificăm diferențe semnificative statistic între rezultatele preadolescenților din GE test și rezultatele preadolescenților din GE retest ($T=0$, $p \leq 0,01$). Aceste schimbări în valorile trăsăturilor de personalitate au fost determinate de intervențiile psihologice realizate cu țelul îmbunătățirii calităților voinței, având un impact și asupra sporirii nivelului de autonomie.

O altă direcție în demersul nostru a fost să realizăm compararea mediilor preadolescenților din GC test și preadolescenții din GC retest. Mediile preadolescenților pentru autoaprecierea voinței, perseverență, calitățile voinței și trăsăturile de personalitate pot fi vizualizate în figurile 3.6., 3.7., 3.8., 3.9. și 3.10.

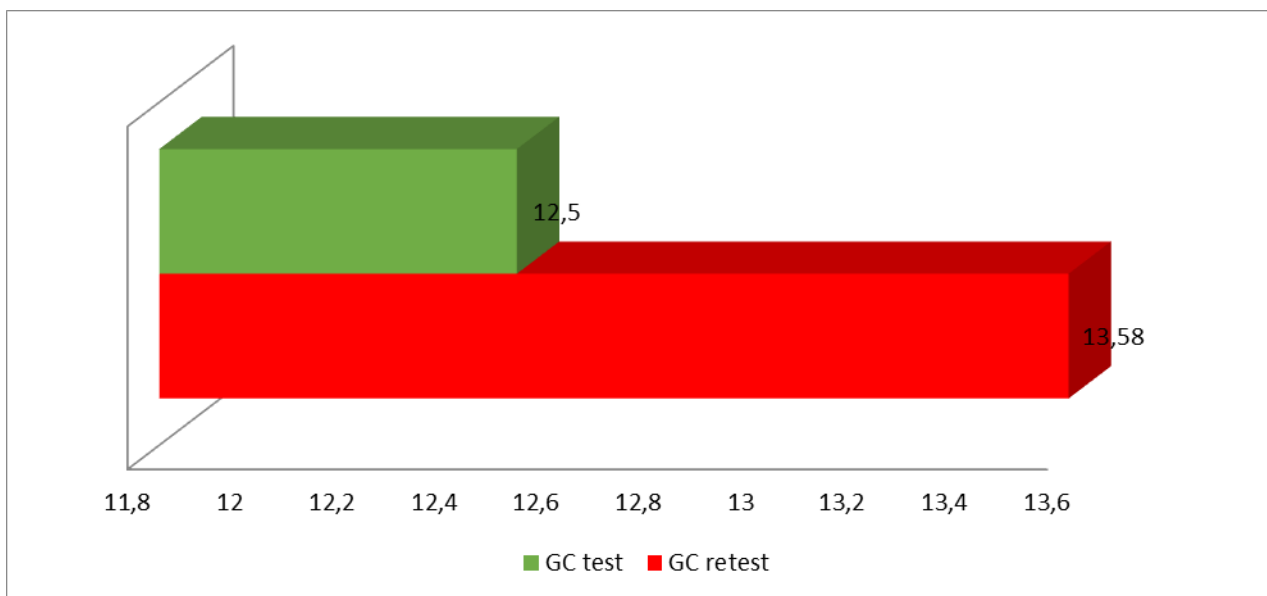


Fig. 3.6. Mediile pentru autoaprecierea voinței la preadolescenții din GC test și GC retest

Analiza mediilor din figura 3.6. ne permite să menționăm că preadolescenții din GC test demonstrează o medie mai mică pentru autoaprecierea voinței și anume 12,50 (u.m.). La preadolescenții din GC retest identificăm o medie mai mare, de 13,58 (u.m.). Statistic, conform testului Wilcoxon, nu se evidențiază diferențe la autoaprecierea voinței între rezultatele preadolescenților din GC test și cei din GC retest.

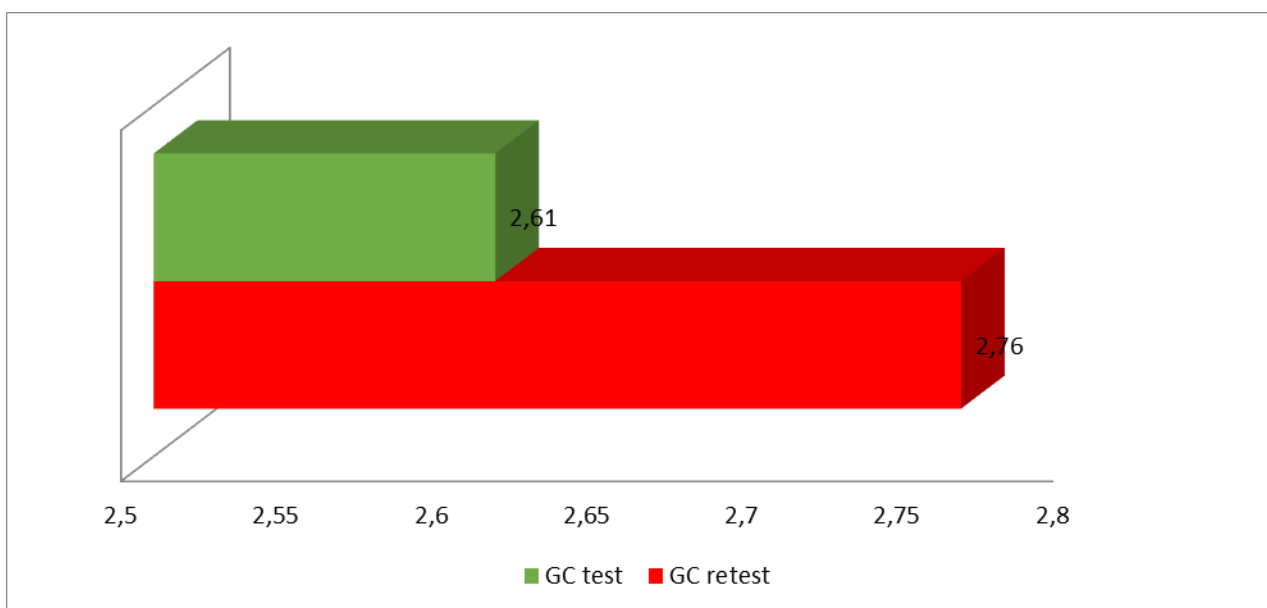


Fig. 3.7. Mediile pentru perseverență la preadolescenții din GC test și GC retest

În figura 3.7 evidențiem următoarele medii la preadolescenții din GC test – 2,61 (u.m.) și la preadolescenții din GC retest – 2,76 (u.m.). Din punct de vedere statistic conform testului Wilcoxon, nu se evidențiază diferențe pentru perseverență între rezultatele preadolescenților din GC test și rezultatele preadolescenților din GC retest.

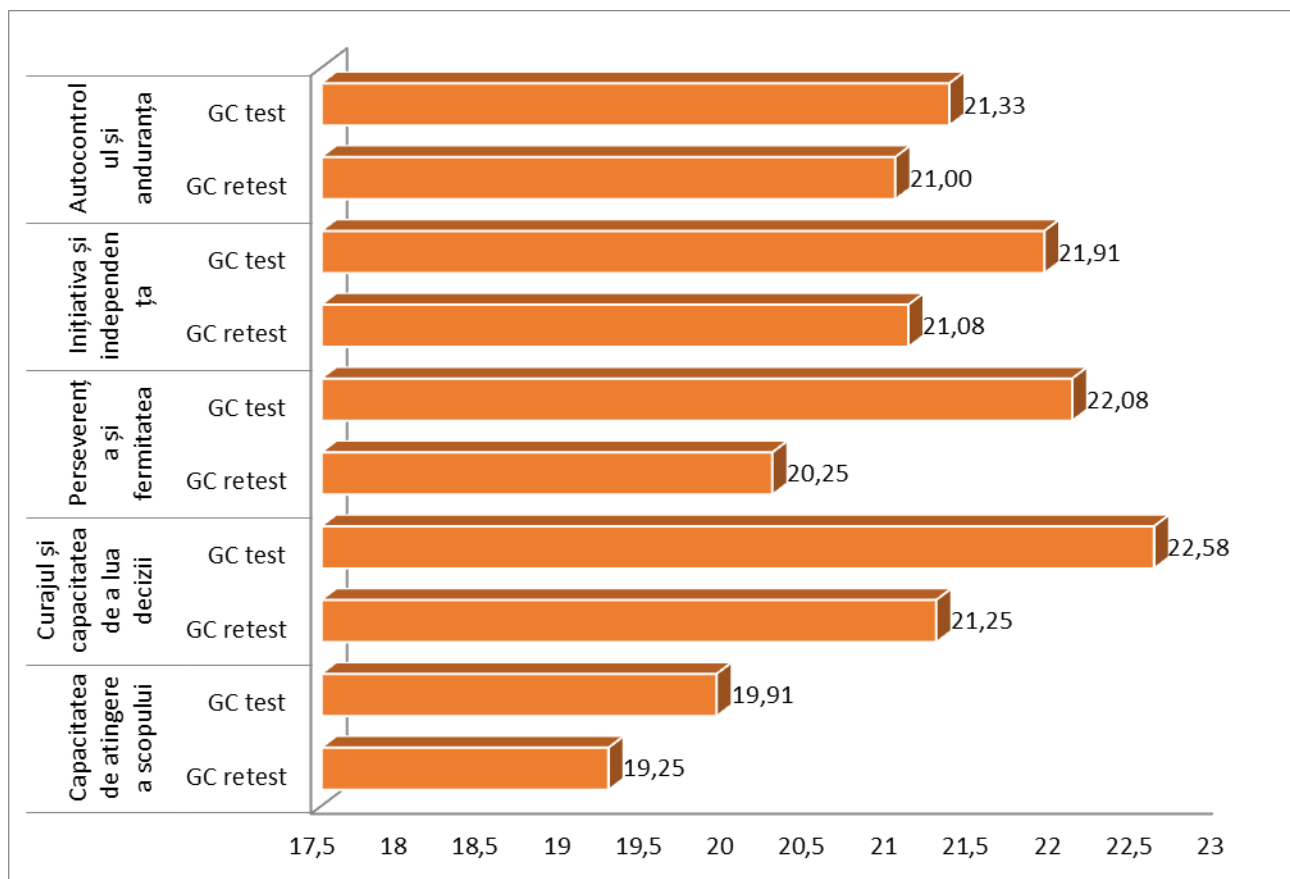


Fig. 3.8. Mediile pentru calitățile volitive, factorul expresivitate, la preadolescenții din GC test și GC retest

Pentru capacitatea de atingere a scopului, factorul expresivitate preadolescenții din GC test și cei din GC retest ating medii apropiate: 19,91 (u.m.) pentru preadolescenții din GC test, iar preadolescenții din GC retest – 19,25 (u.m.).

Pentru calitățile voinței, curajul și capacitatea de a lua decizii, sub aspectul factorului expresivitate, media cea mai mare o atestăm la preadolescenții din GC test: 22,58 (u.m.); în timp ce la preadolescenții din GC retest se regăsește o medie mai mică și anume: 21,25 (u.m.).

Pentru perseverență și fermitate, sub aspectul factorului expresivitate, întâlnim la preadolescenți următoarele medii: 22,08 (u.m.) la preadolescenții din GC test și 20,25 (u.m.) la preadolescenții din GC retest.

În figura 3.8. sunt ilustrate mediile preadolescenților pentru inițiativă și independență, sub aspectul factorului expresivitate, care sunt asemănătoare la preadolescenții din GC test – 21,91 (u.m.), comparativ cu preadolescenții din GC retest – de 21,08 (u.m.).

Și pentru autocontrol și anduranță, sub aspectul factorului expresivitate, mediile preadolescenților din GC test și cei din GC retest sunt similare (21,33 u.m. și 21,00 u.m.).

Pentru calitățile voinței precum: capacitatea de atingere a scopului, capacitatea de a lua decizii, perseverența și fermitatea, inițiativa și independența, autocontrolul și anduranța, sub

aspectul factorului expresivitate, conform testului Wilcoxon, nu s-au evidențiat diferențe între rezultatele preadolescenților din GC test și rezultatele preadolescenților din GC retest.

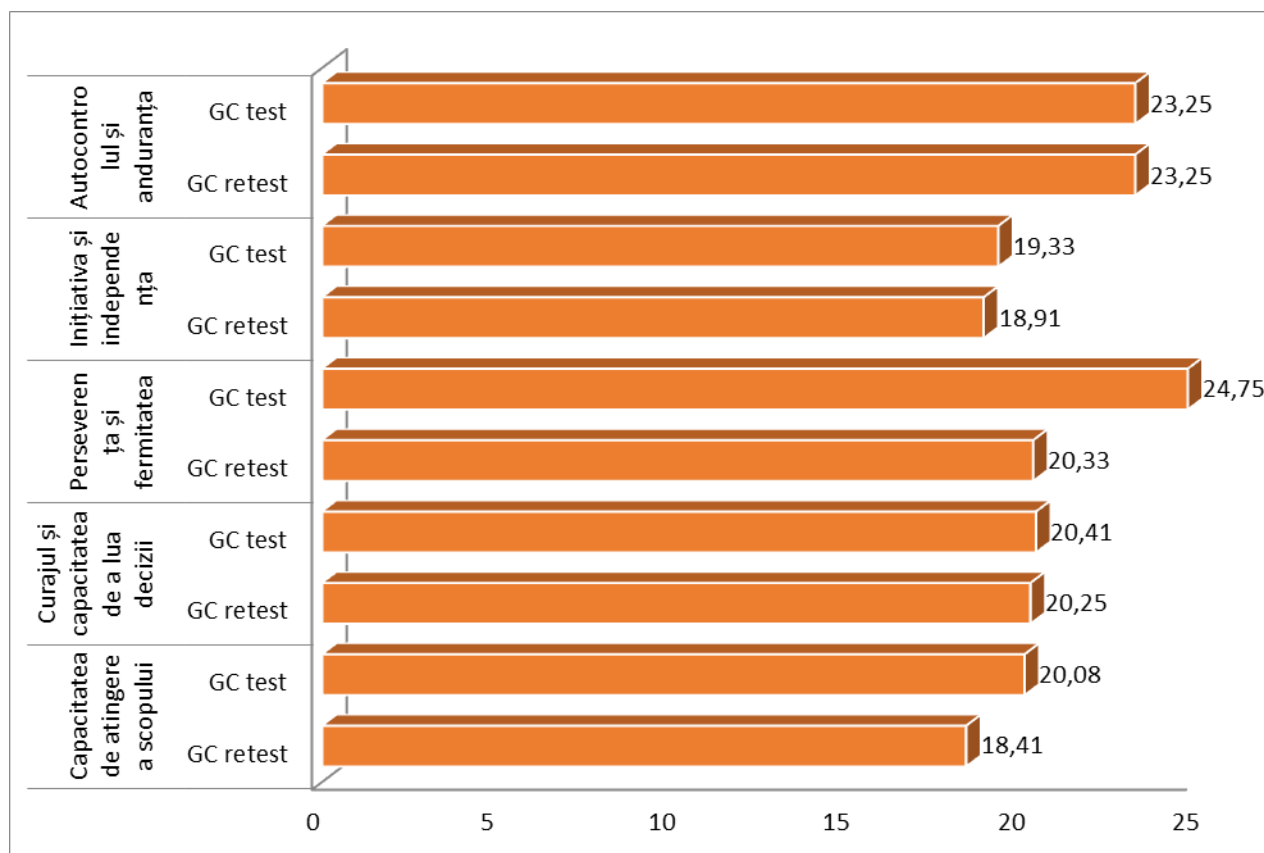


Fig. 3.9. Mediile pentru calitățile volitive, factorul generalizare, la preadolescenții din GC test și GC retest

Pentru capacitatea de atingere a scopului, sub aspectul factorului generalizare, preadolescenții din GC test și cei din GC retest prezintă mediile: 20,08 (u.m.) și 18,41 (u.m.). După testul Wilcoxon stabilim diferențe statistic semnificative între rezultatele preadolescenților din GC test cu cei din GC retest ($T=9$, $p \leq 0,05$). Rezultatele preadolescenților din GC retest sunt mai mici o dată cu trecerea timpului, ceea ce ne vorbește despre necesitatea introducerii preadolescenților într-un program de intervenții psihologice, axat pe îmbunătățirea capacității de atingere a scopului, sub aspectul factorului de generalizare.

Pentru curajul și capacitatea de a lua decizii, sub aspectul factorului generalizare mediile preadolescenților din GC test și cei din GC retest sunt asemănătoare: 20,41 (u.m.) și 20,25 (u.m.).

Preadolescenții din GC test prezintă o medie mai mare pentru perseverență și fermitate, sub aspectul factorului generalizare și anume 24,75 (u.m.), comparativ cu preadolescenții din GC retest, la care identificăm o medie mai mică, de 20,33 (u.m.). După testul Wilcoxon stabilim prezența diferențelor statistic semnificative între rezultatele preadolescenților din GC test cu cei

din GC retest ($T=11,5$, $p \leq 0,05$). Preadolescenții din GC au rezultate diminuate o dată cu scurgerea timpului, fapt ce ne indică că ar fi necesar introducerea acestora într-un program de intervenții psihologice axat pe ameliorarea perseverenței și fermității.

Vorbind despre inițiativă și independență, sub aspectul factorului generalizare, mediile preadolescenților tind să fie asemănătoare. Astfel preadolescenții din GC test au o medie de 19,33 (u.m.), în timp ce preadolescenții din GC retest demonstrează o medie de 18,91 (u.m.).

În aceeași figură sunt și mediile preadolescenților pentru autocontrol și anduranță, sub aspectul factorului generalizare. Preadolescenții din GC test și GC retest prezintă o medie egală și anume 23,25 (u.m.). Pentru calitățile voinței precum: capacitatea de a lua decizii, inițiativa și independența, autocontrolul și anduranța, sub aspectul factorului generalizare, conform testului Wilcoxon, nu s-au evidențiat diferențe între rezultatele preadolescenților din GC test și GC retest.

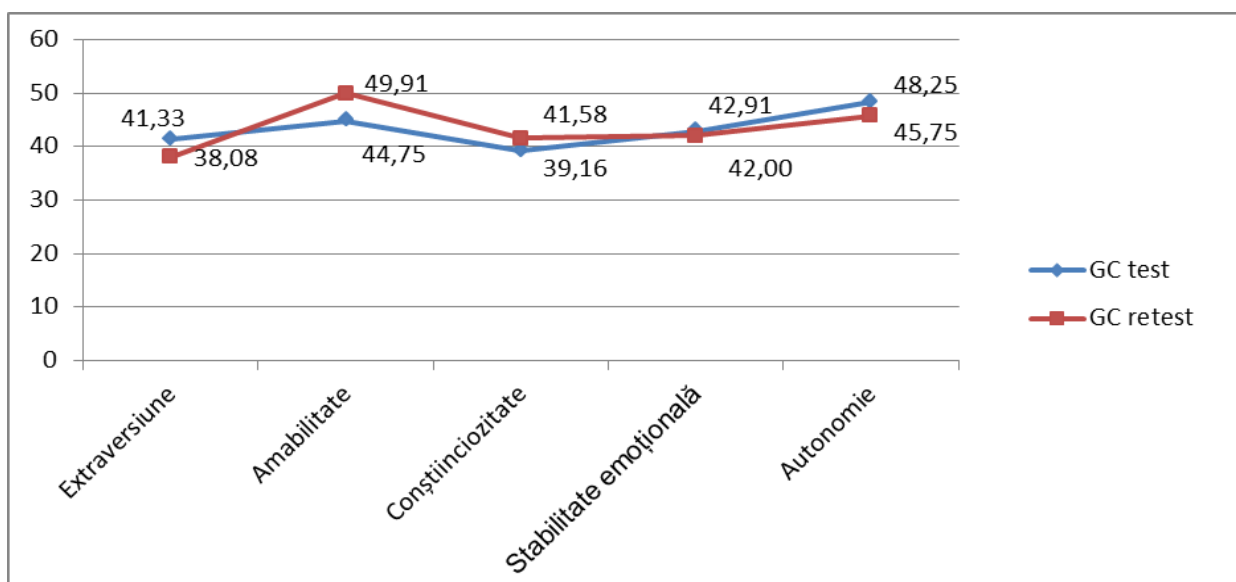


Fig. 3.10. Valorile medii pentru trăsăturile de personalitate la preadolescenții din GC test și GC retest

Conform rezultatelor din figura de mai sus evidențiem că preadolescenții din GC test prezintă o medie mai mare pentru extraversiune și anume 41,33 (u.m.). La preadolescenții din GC retest identificăm o medie mai mică, de 38,08 (u.m.) pentru aceeași calitate a personalității.

Identificăm că preadolescenții din GC test prezintă o medie mai mică pentru amabilitate și anume 44,75 (u.m.). Observăm o creștere a valorilor medii ale amabilității la preadolescenții din GC retest, fiind prezentă valoarea de 49,91 (u.m.). După testul Wilcoxon stabilim diferențe semnificative statistic între rezultatele preadolescenților din GC test cu cei din GC retest ($T= 12$, $p \leq 0,05$). În cazul acestor preadolescenți, ai căror rezultate au crescut în ceea ce privește amabilitatea, putem să vorbim despre o încercare de autoconservare. Acesta este un mijloc de

adaptare la nevoile altora și un răspuns oarecum în detrimentul personal, folosit cu scopul de a obține ceva sau de a depăși un conflict sau o situație dificilă.

Pentru conștiinciozitate, mediile preadolescenților sunt diferite: preadolescenții din GC test au 39,16 (u.m.), iar preadolescenții din GC retest – 41,58 (u.m.).

În cazul stabilității emoționale preadolescenții din cele două grupe test/retest prezintă medii asemănătoare: preadolescenții din GC test – 42,91 (u.m.), iar preadolescenții din GC retest – 42,00 (u.m.).

Privitor la valorile medii obținute de preadolescenți la autonomie, atestăm medii distincte: astfel la preadolescenții din GC test întâlnim o medie de 48,25 (u.m.), iar la preadolescenții din GC retest observăm o medie de 45,75 (u.m.)

Pentru trăsăturile de personalitate: extraversiune, conștiinciozitate, stabilitate emoțională și autonomie nu se evidențiază diferențe după testul Wilcoxon între rezultatele preadolescenților din GC test și GC retest.

O ultimă direcție comparativă este investigarea mediilor preadolescenților din GE retest și mediile preadolescenților din GC retest.

Mediile pentru autoaprecierea voinței la preadolescenții din GE retest și cei din GC retest sunt prezentate în figura 3.11.

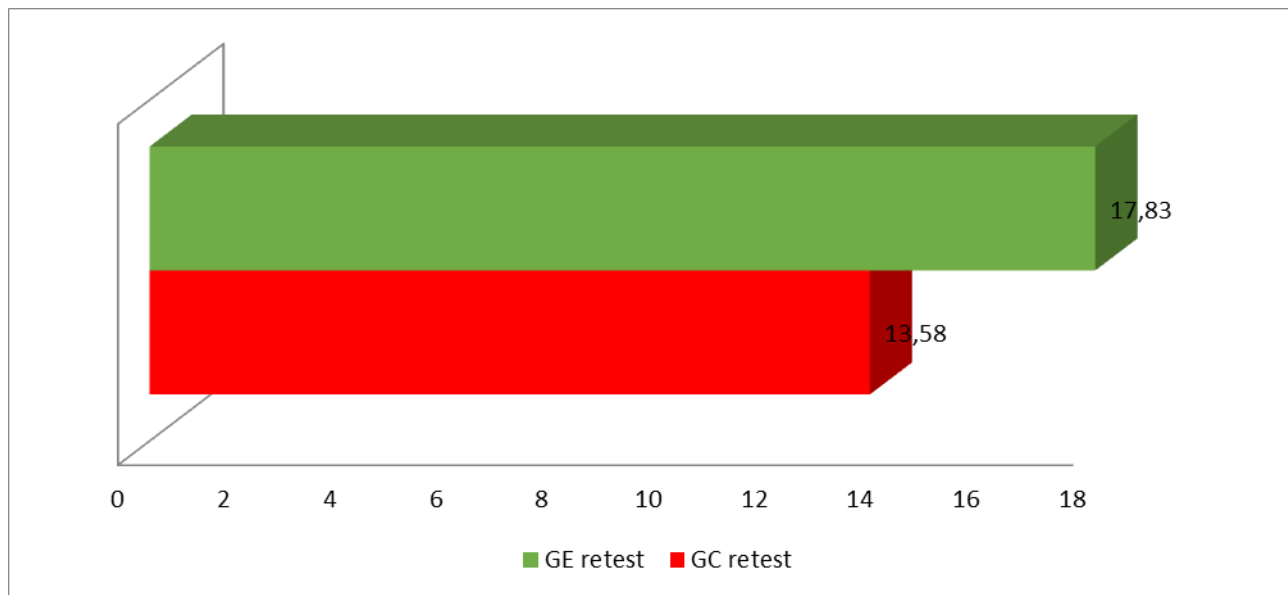


Fig. 3.11. Mediile pentru autoaprecierea voinței la preadolescenții din GE retest și GC retest

Mediile preadolescenților pentru autoaprecierea voinței sunt distincte: preadolescenții din GE retest prezintă o medie mai mare și anume 17,83 (u.m.), la preadolescenții din GC retest se atestă o medie mai mică, de 13,58 (u.m.). Conform testului U Mann-Whitney, stabilim diferențe semnificative statistic între rezultatele preadolescenților din GE retest și rezultatele preadolescenților din GC retest ($U = 19$, $p \leq 0,01$). Modificările în autoaprecierea voinței la

preadolescenții din GE, au apărut grație participării la programul de intervenții psihologice, centrat pe îmbunătățirea nivelului voinței.

În continuare vom prezenta mediile preadolescenților pentru perseverență.

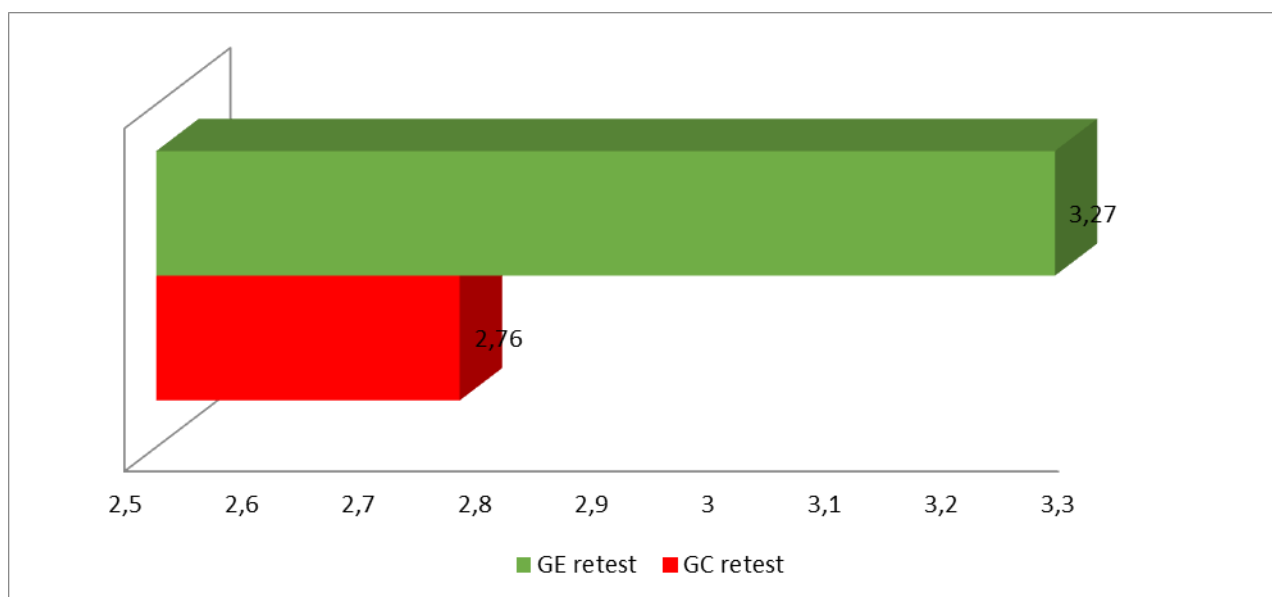


Fig. 3.12 Mediile pentru perseverență la preadolescenții din GE retest și GC retest

Ca și în cazul autoaprecierii voinței și la perseverență mediile preadolescenților din GE retest și GC retest sunt diferite: 3,27 (u.m.) este media caracteristică preadolescenților din GE retest și 2,76 (u.m.) este media ce o întâlnim la preadolescenții din GC retest. Analiza statistică, după testul U Mann-Whitney, ne arată prezența diferențelor semnificative între rezultatele preadolescenților din GE retest și rezultatele preadolescenților din GC retest ($U = 37,5$, $p \leq 0,05$). Rezultatele la capitolul perseverență la preadolescenții din GE s-au modificat datorită faptului că aceștia au urmat un program de intervenții psihologice, direcționat către creșterea nivelului voinței și al perseverenței.

Alături de autoaprecierea voinței și perseverență, demersul nostru investigational s-a orientat și la analiza mediilor pentru calitățile volitive (capacitatea de atingere a scopului, curajul și capacitatea de a lua decizii, perseverența și fermitatea, inițiativa și independența, autocontrolul și anduranța) la preadolescenții din GE retest și GC retest. Valorile medii pentru calitățile volitive, factorul expresivitate a preadolescenților din GE retest și GC retest sunt prezentate în figura 3.13.

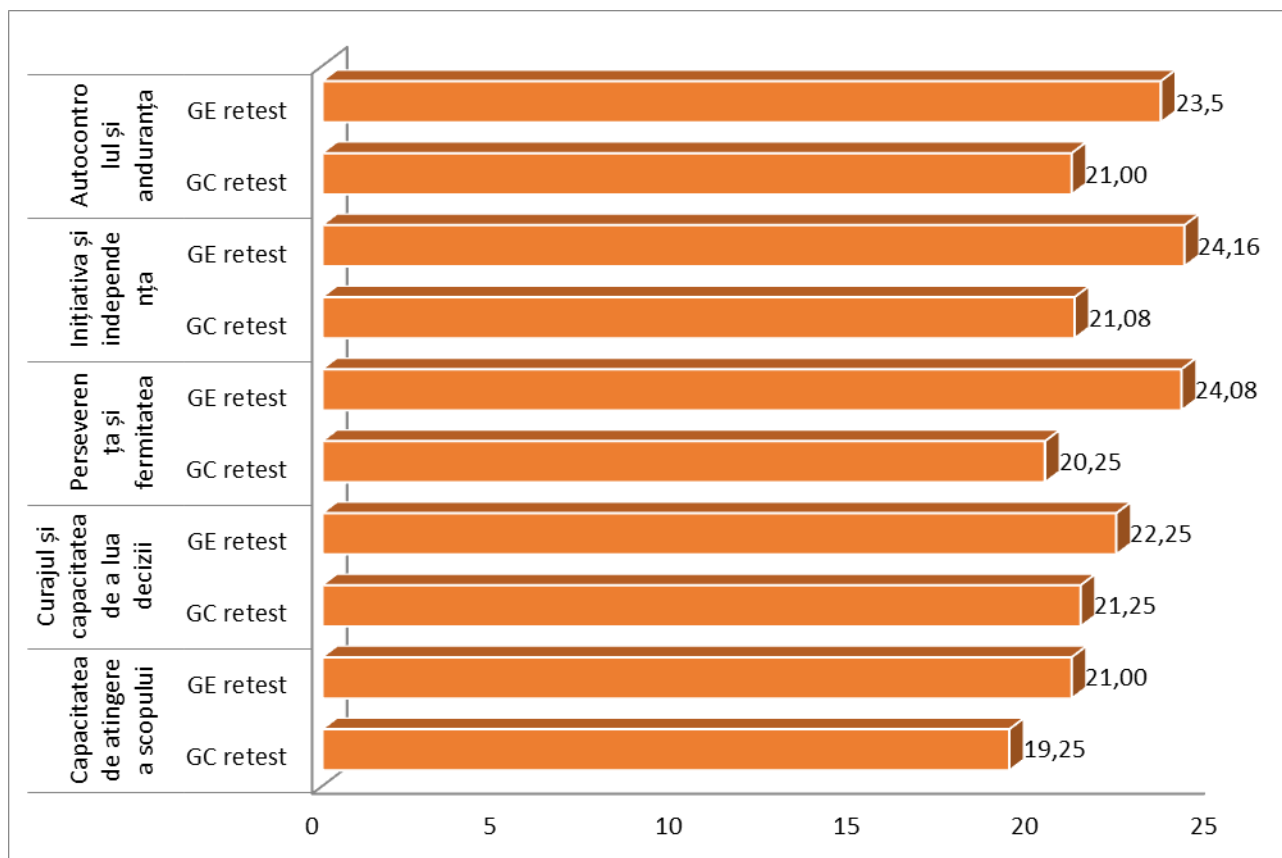


Fig. 3.13. Mediile pentru calitățile volitive, factorul expresivitate la preadolescenții din GE retest și GC retest

Pentru capacitatea de atingere a scopului în figura 3.13. observăm următoarele medii: preadolescenții din GE retest prezintă o medie mai mare și anume 21,00 (u.m.), comparativ cu preadolescenții din GC retest, la care observăm o medie mai mică, de 19,25 (u.m.).

Făcând referire la curajul și capacitatea de a lua decizii, sub aspectul factorului expresivitate observăm că preadolescenții din GE retest se caracterizează printr-o medie mai mare, de 22,25 (u.m.), comparativ cu preadolescenții din GC retest, la care atestăm – 21,25 (u.m.).

Pentru perseverență și fermitate, sub aspectul factorului expresivitate preadolescenții din GE retest demonstrează o medie mai mare și anume 24,08 (u.m.), spre deosebire de preadolescenții din GC retest, la care se atestă o medie mai mică, de 20,25 (u.m.). În același timp după testul U Mann-Whitney, stabilim diferențe semnificative statistic între rezultatele preadolescenților din GE retest și rezultatele preadolescenților din GC retest ($U= 37, p \leq 0,05$). Schimbările ce au survenit la nivelul perseverenței și fermității, sub aspectul factorului expresivitate la preadolescenții din GE retest se pot explica grație participării la activitățile din cadrul programului de intervenții psihologice, axat pe sporirea nivelului de perseverență și fermitate și anume a caracterului expresiv ale acestora.

Pentru inițiativă și independență, sub aspectul factorului expresivitate, preadolescenții din GE retest și cei din GC retest dau dovadă de următoarele medii: 24,16 (u.m.) și 21,08 (u.m.).

Pentru autocontrol și anduranță, sub aspectul factorului expresivitate, preadolescenții din GE retest au media de 23,5 (u.m.), în timp ce media preadolescenților din GC retest este de 21,00 (u.m.).

Aceleași calități volitive investigate și analizate în figura 3.13, doar că sub aspectul factorului generalizare sunt ilustrate în figura 3.14.

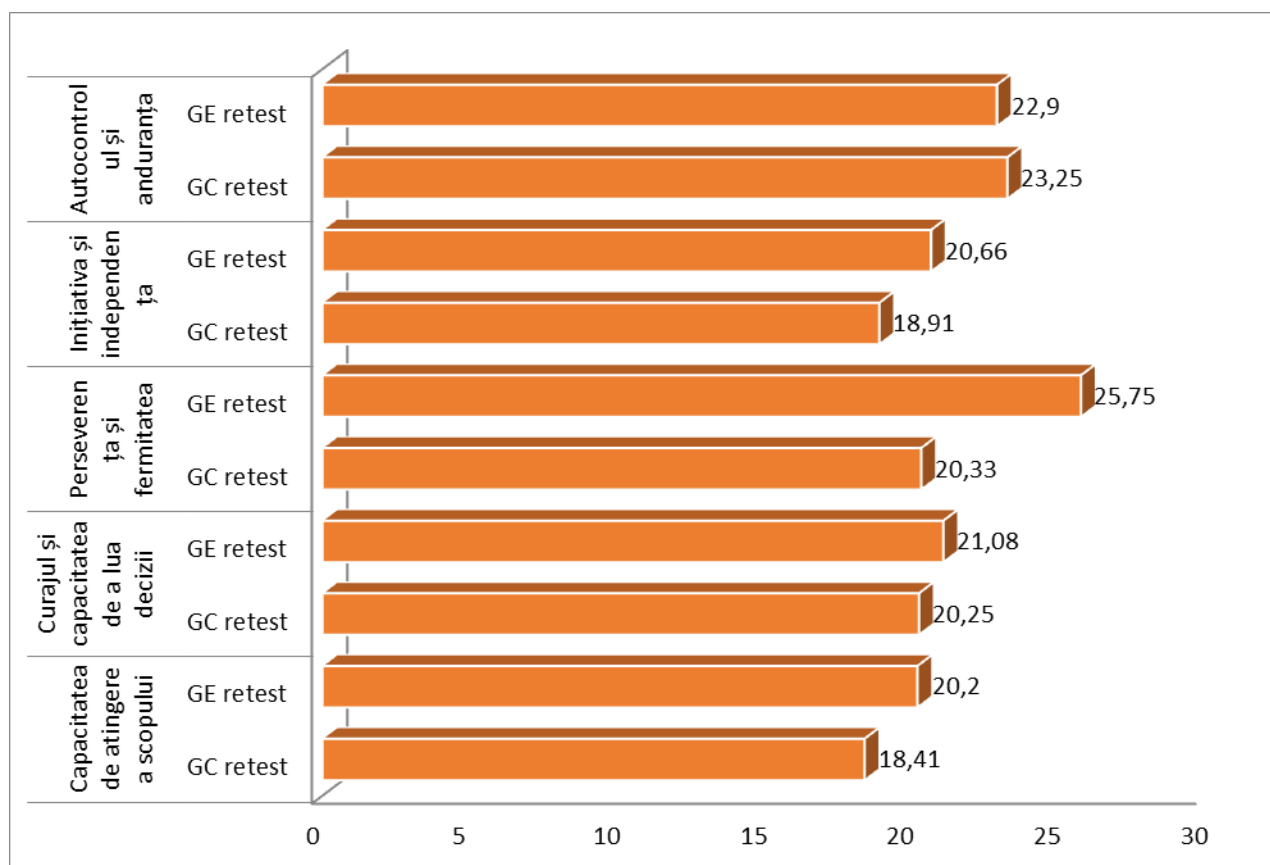


Fig. 3.14. Mediile pentru calitățile volitive, factorul generalizare, la preadolescenții din GE retest și GC retest

Vom prezenta inițial mediile preadolescenților din GE retest și cei din GC retest pentru capacitatea de atingere a scopului. Astfel evidențiem o medie de 20,20 (u.m.) la preadolescenții din GE retest și o medie de 18,41 (u.m.) la preadolescenții din GC retest.

La preadolescenții din GE retest atestăm o medie mai mare pentru curaj și capacitatea de a lua decizii, sub aspectul factorului generalizare și anume 21,08 (u.m.), spre deosebire de preadolescenții din GC retest, la care se atestă o medie mai mică, de 20,25 (u.m.).

Pentru perseverență și fermitate, sub aspectul factorului generalizare, preadolescenții din GE retest și GC retest mediile sunt diferite: 25,75 (u.m.) – preadolescenții din GE retest și 20,33 (u.m.) – media preadolescenților din GC retest. Conform testului U Mann-Whitney, se atestă

prezența diferențelor semnificative între rezultatele preadolescenților din GE retest și rezultatele preadolescenților din GC retest ($U = 18,5$, $p \leq 0,01$). Aceste schimbări în perseverență și fermitate, sub aspectul factorului generalizare, la preadolescenții din GE retest sunt determinate de intervențiile psihologice desfășurate cu scopul sporirii nivelului acestor calități volitive.

De asemenea în figura 3.14. putem vizualiza mediile preadolescenților din GE retest și GC retest pentru inițiativă și independență, sub aspectul factorului generalizare: 20,66 (u.m.) – media preadolescenților din GE retest și 18,91 (u.m.) – media preadolescenților din GC retest.

Preadolescenții din GE retest se caracterizează printr-o medie mai mică pentru autocontrol și anduranță, sub aspectul factorului generalizare și anume 22,9 (u.m.), comparativ cu preadolescenții din GC retest, la care identificăm o medie mai mare, de 23,25 (u.m.).

Valorile medii pentru trăsăturile de personalitate ale preadolescenților din GE retest și GC retest sunt prezentate în figura 3.15.

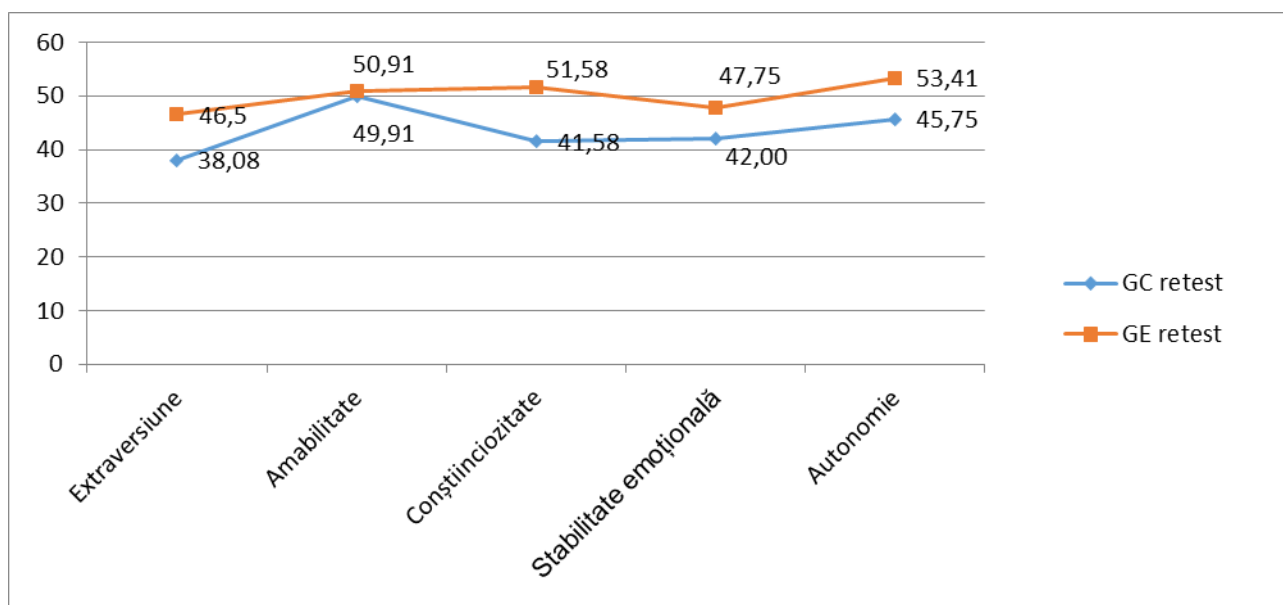


Fig. 3.15. Valorile medii pentru preadolescenții din GE retest și GC retest conform rezultatelor la CP5F

Pentru extraversiune, preadolescenții din GE retest demonstrează o medie mai mare și anume 46,5 (u.m.), în timp ce preadolescenții din GC retest înregistrează o medie mai mică, de 38,08 (u.m.) pentru aceeași trăsătură de personalitate.

La preadolescenții din GE retest este prezentă o valoare mai mare pentru amabilitate și anume 50,91 (u.m.), spre deosebire de preadolescenții din GC retest, la care se atestă o medie ușor mai mică, de 49,91 (u.m.).

Pentru conștiinciozitate, media la preadolescenții din GE retest este mai mare: 51,58 (u.m.) comparativ cu media pentru preadolescenții din GC retest, care este de 41,58 (u.m.). Conform testului U Mann-Whitney se înregistrează diferențe semnificative statistic între

rezultatele preadolescenților din GE retest și rezultatele celor din GC retest ($U = 33,5$, $p \leq 0,05$). Modificările valorilor de conștiinciozitate analizate la preadolescenții din GE retest sunt justificate de participarea la programul de intervenții psihologice axat pe creșterea calităților volitive cu impact asupra trăsăturilor de personalitate.

Identificăm o valoare mai mare a mediei stabilității emoționale la preadolescenții din GE retest și anume de 47,75 (u.m.), iar la preadolescenții din GC retest e de 42,00 (u.m.).

Cu referire la autonomie preadolescenții din GE retest prezintă o medie de 53,41 (u.m.), comparativ cu cea de la preadolescenții din GC retest, care este 45,75 (u.m.). În conformitate cu testul U Mann-Whitney, stabilim diferențe statistic semnificative între rezultatele preadolescenților din GE retest cu cei din GC retest ($U = 42$, $p \leq 0,05$). Valorile autonomiei la preadolescenții din GE retest s-au modificat datorită intervențiilor psihologice desfășurate cu țelul de a crește nivelul calităților volitive.

Rezultatele implementării programului de intervenții psihologice orientat la dezvoltarea voinței și a calităților volitive la preadolescenți **ne permite să formulăm următoarele concluzii importante:**

Preadolescenții din grupul experimental retest prezintă schimbări în voință și calitățile voinței (perseverență, perseverență și fermitate (factorii expresivitate și generalizare), inițiativă și independență (factorul expresivitate), precum și în trăsăturile de personalitate (conștiinciozitate și autonomie). Modificările înregistrate sunt determinate de administrarea unei palete complexe și diverse de metode, procedee și tehnici care au fost orientate la optimizarea expresivității voinței și a susținerii acesteia precum și creșterii capacității de stabilire a scopului, curajului, a capacității de a lua decizii, a perseverenței și fermității, a inițiativei și independenței, a autocontrolului și anduranței.

Cu referire la nivelul sporirii voinței și a calităților volitive la preadolescenții din grupul experimental retest, rezultatele obținute de noi ne conduc la ideea că modificările survenite sunt fragmentare și necesită încadrarea preadolescenților în programe de intervenții psihologice și activități continue și constante de la vârste mai timpurii. Considerăm că ar fi favorabil și pozitiv ca adulții importanți din viața preadolescenților (părinții, cadrele didactice, precum și alți adulți implicați în creșterea și educația acestora) să preia și să aplice metode, tehnici și procedee de dezvoltare și optimizare a voinței și a calităților volitive la preadolescenți.

Preadolescenții din grupul de control retest nu înregistrează modificări în voință, în calitățile volitive și în trăsăturile de personalitate, ca excepție fiind doar capacitatea de atingere a scopului și perseverența și fermitatea (sub aspectul factorului generalizare), care odată cu maturizarea devin mai slab pronunțate și mai puțin evidente.

În concordanță cu cele menționate, rezultatele obținute arată eficiența programului de intervenții psihologice aplicat în vederea dezvoltării și optimizării voinței și a calităților volitive la preadolescenți. Evidențiiind eficiența programului de intervenții psihologice, vom sublinia importanța și utilitatea administrării acestuia și la școlarii mici și adolescenții cu nivel scăzut al voinței și al calităților volitive. Pentru școlarii mici, preadolescenții și adolescenții ce nu prezintă nivel scăzut al voinței și al calităților volitive, metodele, tehnicile și procedeele din programul de intervenții psihologice pot deveni intervenții dezvoltative care ar putea să contribuie la constituirea și cristalizarea proceselor reglatorii a personalității.

Rezultatele demersului formativ **confirmă** ipoteza lansată: *presupunem că intervențiile psihologice special organizate pot să influențeze pozitiv dezvoltarea voinței și a calităților volitive la preadolescenți.*

3.3. Concluzii la capitolul 3

Demersul formativ și rezultatele obținute descrise în acest capitol ne permit să formulăm următoarele concluzii care conțin **modul de fundamentare a unui model de dezvoltare al voinței și a calităților volitive:**

1. Preadolescenții din grupul experimental retest au demonstrat rezultate ce ne arată un nivel crescut al voinței și a calităților voinței precum perseverența, perseverența și fermitatea (factorii expresivitate și generalizare), inițiativa și independența (factorul expresivitate) și o îmbunătățire a trăsăturilor de personalitate (conștiinciozitate și autonomie). Ca finalitate a administrării programului de intervenții psihologice în acțiunile și conduitele preadolescenților s-au produs următoarele schimbări: creșterea capacității de stabilire a scopului, curajului, capacității de a lua decizii, a perseverenței și fermității, a inițiativei și independenței, a autocontrolului și anduranței. Totodată vom menționa aici și faptul că prin activitățile de intervenție psihologică, optimizarea voinței și a calităților volitive la preadolescenții din grupul experimental retest este posibilă doar fragmentar.
2. Rezultatele obținute arată că administrarea unui program de intervenții psihologice de dezvoltare și optimizare a voinței și a calităților volitive are un impact benefic și pozitiv asupra dezvoltării sferei emoționale și reglatorii, în special, și a personalității preadolescentului în întregime.

CONCLUZII GENERALE ȘI RECOMANDĂRI

Prezentul demers teoretico-experimental a fost orientat la studiul particularităților voinței și a calităților volitive la preadolescenți, determinarea trăsăturilor de personalitate caracteristice preadolescenților cu diferite niveluri de dezvoltare ale voinței, precum și elaborarea și implementarea unui model nou de intervenții psihologice în vederea dezvoltării voinței și a calităților volitive și prin aceasta să contribuie la dezvoltarea trăsăturilor de personalitate.

Demersul teoretico-experimental realizat ne permite să conchidem următoarele:

1. Voința este un fenomen psihologic complex ce poate fi abordat ca proces psihic, aptitudine / capacitate și trăsătură de personalitate. Voința este parte componentă în organizarea și desfășurarea tuturor proceselor psihice: percepția, memoria, atenția, gândirea, imaginația, afectivitatea și motivația. Voința cuprinde și implică efort, osteneală și străduință, toate acestea fiind canalizate pentru împlinirea scopurilor, obiectivelor și dorințelor și orientate la depășirea obstacolelor, dificultăților și barierelor care pot fi de natură interioară și / sau exterioară. Am investigat voința drept componentă a personalității care este angajată în toate procesele psihice, acțiunile și comportamentele umane în vederea împlinirii scopurilor.
2. Nivelul înalt al autoaprecierii voinței are o frecvență foarte mică la vârsta preadolescenței. Nivelul înalt al autoaprecierii voinței este în dependență de genul preadolescenților și este mai des întâlnit la preadolescenți decât la preadolescente. Nivelul înalt al autoaprecierii voinței înregistrează un parcurs propriu pe toata durata vârstei preadolescente. Astfel, la finele preadolescenței (la 14 – 15 ani) se înregistrează cel mai proeminent nivel al autoaprecierii voinței. Totodată atestăm un număr impunător de preadolescenți cu nivel scăzut și mediu al autoaprecierii voinței. Prezența acestor niveluri ale autoaprecierii voinței influențează funcționarea obișnuită și normală a preadolescentului în domeniul școlar, familial și social, afectând viața cotidiană prin faptul că impune o multitudine de restricții.
3. Urmărind calitatea voinței, perseverența constatăm un număr mare din preadolescenți care demonstrează un nivel înalt al acesteia. Potrivit rezultatelor cercetării preadolescentele manifestă nivel mai înalt al perseverenței. Perseverența este mai dezvoltată la preadolescenții de 14 – 15 ani. Alături de ei, observăm că mai mult de jumătate din preadolescenți se caracterizează prin nivel scăzut și mediu de manifestare al perseverenței.
4. Fenomenul voinței în preadolescență a fost abordat și prin prisma studiului următoarelor calități volitive: capacitatea de atingere a scopului, curajul și capacitatea de a lua decizii, perseverența și fermitatea, inițiativa și independența, autocontrolul și anduranța (la nivelul expresivității și generalizării acestora). Examinarea acestor calități ne permite să evidențiem că cele mai dezvoltate sub aspectul factorului expresivitate la preadolescenți sunt inițiativa și

independență, capacitatea de atingere a scopului, precum și autocontrolul și anduranța; cele legate de factorul generalizare: perseverența și fermitatea, autocontrolul și anduranța și capacitatea de atingere a scopului. Particular pentru preadolescenți și preadolescente sunt prezența acelorași calități volitive (sub aspectul factorului expresivitate cât și a celui de generalizare). Preadolescenții manifestă preponderent inițiativă și independență, autocontrol și anduranță și capacitate de atingere a scopului (factorul expresivitate) și perseverență și fermitate, autocontrol și anduranță și capacitate de atingere a scopului (factorul generalizare). Preadolescentele demonstrează, sub aspectul factorului expresivitate: inițiativă și independență, capacitate de atingere a scopului și autocontrol și anduranță. Din calitățile volitive, factorul generalizare la preadolescente vom lista: perseverența și fermitatea, autocontrolul și anduranța și capacitatea de atingere a scopului. Manifestarea calităților volitive în dependență de vârstă la preadolescenți este următoarea: la preadolescenții de 10 – 12 ani mai dezvoltate (factorul expresivitate) sunt capacitatea de atingere a scopului, inițiativa și independența și autocontrolul și anduranța; (factorul generalizare) perseverența și fermitatea, autocontrolul și anduranța și capacitatea de atingere a scopului. La preadolescenții de 13 ani evidențiem capacitatea de atingere a scopului și inițiativa și independența (factorul expresivitate), autocontrolul și anduranța precum și perseverența și fermitatea (factorul generalizare). În rândul preadolescenților de 14 – 15 ani atestăm inițiativa și independența (factorul expresivitate) și perseverența și fermitatea (factorul generalizare). Analiza și studiul rezultatelor obținute pentru calitățile volitive (factorul expresivitate și factorul generalizare) ne permite să evidențiem și să subliniem existența unui număr foarte mare de preadolescenți cu nivel scăzut și mediu de dezvoltare a acestora.

5. Studiul voinței în interrelație cu trăsăturile de personalitate la preadolescenți ne permite să menționăm că preadolescenții cu nivel înalt al autoaprecierii voinței demonstrează următoarele trăsături de personalitate specifice dintre care vom enumera: amabilitatea, conștiinciozitatea și stabilitatea emoțională. Preadolescenții cu nivel înalt de dezvoltare al perseverenței, pe lângă conștiinciozitate și stabilitate emoțională, prezintă și autonomie.
6. Preadolescenții cu nivel scăzut și mediu al voinței și a calităților volitive au fost incluși în programul de intervenții psihologice de dezvoltare al voinței și calităților volitive. Ca rezultate preadolescenții din grupul experimental retest prezintă un nivel mai crescut al voinței și calităților voinței – perseverență, perseverență și fermitate (factorii expresivitate și generalizare), inițiativă și independență (factorul expresivitate) și o îmbunătățire a trăsăturilor de personalitate (conștiinciozitate și autonomie). Ca și consecințe a aplicării programului de intervenții psihologice în acțiunile și comportamentul preadolescenților s-au produs

următoarele modificări: optimizarea capacității de stabilire a scopului, curajului, capacității de a lua decizii, a perseverenței și fermității, a inițiativei și independenței, a autocontrolului și anduranței. Activitățile de intervenție psihologică care sunt orientate la optimizarea voinței și a calităților volitive la preadolescenții din grupul experimental retest permit îmbunătățiri fragmentare și parțiale.

7. Preadolescenții incluși în programul de intervenții psihologice au învățat să-și mobilizeze și să-și gestioneze efortul și sângele, să evalueze și să stabilească scopuri, să ia decizii prompte, să identifice și selecteze opțiuni în urma examinării unei anumite probleme, situații sau circumstanțe, să-și controleze și gestioneze curajul, puterea și îndrăzneala pentru a depăși obstacolele și dificultățile cu care se confruntă, să fie consecvenți, responsabili, conștiincioși și să-și gestioneze comportamentul. De asemenea, preadolescenții au însușit metode, tehnici și procedee concrete pe care le pot aplica în mod independent în situații și circumstanțe cotidiene care solicită din partea lor manifestarea voinței și a calităților volitive.
8. Administrarea programului psihologic de dezvoltare și optimizare al voinței și a calităților volitive are un impact benefic și pozitiv asupra dezvoltării sferei emoționale și reglatorii, în special și a personalității preadolescentului în întregime.

Recomandări pentru implementare:

- Instrumentele de evaluare pot fi utilizate de către psihologii școlari, profesorii de sprijin, care lucrează în școli și psihologii clinicieni, consilierii psihologici și psihoterapeuții din cabinetele private și organizațiile publice sau non-guvernamentale;

- Programul de intervenții psihologice poate fi utilizat de către grupurile de lucru ale Ministerului Educației și Cercetării pentru propunerea de programe educaționale. Ulterior fiind posibilă folosirea acestora de către profesorul diriginte, la ora de consiliere și orientare;

- Rezultatele cercetării împreună cu informațiile teoretice și practice pot fi diseminate publicului interesat (profesori, părinți, specialiști) prin publicarea unei broșuri sau a unui ghid de bune practici; Profesorii vor putea utiliza informațiile din ghid la ședințele cu părinții sau în cadrul consiliilor profesoriale, pentru o mai bună înțelegere a dezvoltării preadolescenților;

- Programul de intervenții psihologice poate fi adaptat și utilizat de către specialiștii ce lucrează cu elevii supradotați și cei capabili de performanță; de către psihologii școlari în cadrul orelor de psihologie, de către profesorii diriginți la orele de dezvoltare personală și de către psihologii ce desfășoară grupuri de dezvoltare personală cu participarea preadolescenților.

Sugestii privind cercetările viitoare:

Constatările din prezenta lucrare sunt un prim pas către descoperirea de noi perspective în domeniul psihologiei voinței la copii și preadolescenți. Considerăm că investigarea următoarelor arii de cercetare ar prezenta interes:

- Anxietatea și calitățile volitive la preadolescenți. Propunerea pentru această temă vine din observațiile și produsele activității din cadrul programului de intervenții psihologice aplicat. Majoritatea preadolescenților au invocat simptome de neliniște, agitație, frică de testele la anumite discipline, de profesori sau de părinți.
- O altă tematică ar fi studiul calităților volitive la copii și preadolescenții cu ADHD.
- Încă o problemă actuală de cercetare ar fi evaluarea rolului calităților volitive și a eficienței învățării on-line/ multimedia.

BIBLIOGRAFIE

1. ALBU, M. Un nou chestionar de personalitate: CP5F, în: M. Albu (coord.). *Incursiuni psihologice în cotidian*. Cluj-Napoca: ASCR, 2008. p. 7-23 . ISBN: 978-973-7973-58-0.
2. ALDORT, N. *Creștem împreună. Libertate și bucurie în relația părinte-copil*. București: Herald, 2015. 272 p. ISBN 978-973-111-523-8.
3. AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. DSM-V. *Manual de Diagnostic și Clasificare Statistică a Tulburărilor Mintale*. București: Medicală Callisto, 2016. 1000 p. ISBN 978-606-8043-14-2.
4. BADEA, E. *Caracterizarea dinamică a copilului și adolescentului*. București: Tehnică, 1997. 205 p. ISBN 9733108987.
5. BAUMEISTER, R., TIERNEY, J. *Voința. Cum să-ți redescoperi cea mai mare putere interioară*. tr. de I. Marinescu. Pitești: Paralela 45, 2012. 304 p. ISBN 9789734715299.
6. BONCHIȘ, E., BÎRLE, D., DECSEI-RADU, A., DRUGAȘ, M., ROMAN, D., SECUI, M., STAN, R. *Psihologia jocului*. București: SPER, 2014. 219 p. ISBN 978-606-8429-40-3.
7. BREBAN, D., BRIHAN, A., STAN, R., BONCHIȘ, E., SECUI, M., coord. de BONCHIȘ, E., SECUI, M. *Psihologia vârstelor*. Oradea: Universității, 2004. 604 p. ISBN 973613556X.
8. BURCEA, A. *Dramaterapia la copii: exerciții de dezvoltare personală*. București: SPER, 2019. 153 p. ISBN 978-606-8429-73-1.
9. BURNS, G., W. *101 povești vindecătoare pentru copii și adolescenți*. București: Trei, 2011. 576 p. ISBN 978-973-707-531-4.
10. COSMOVICI, A. *Psihologie generală*. Iași: Polirom, 1996. 256 p. ISBN 979-973-9248-27-2.
11. CREȚU, T. *Psihologia vârstelor*. Iași: Polirom, 2016. 392 p. ISBN 9789734660087.
12. CSIKSZENTMIHALYI, M. *Flux: psihologia fericirii*. București: Publica, 2015. 394 p. ISBN 978-606-722-063-6.
13. CUCU-CIUHAN, G. *Eficiența psihoterapiei experiențiale la copilul hiperkinetic*. București: SPER, 2006. 227 p. ISBN 973-8383-35-8.
14. CUCU-CIUHAN, G., VLADISLAV, E., ANGHEL-STEMATE, R., NEGREȚ, M., ALBIȘOR, G., OLTEANU, A., VELEANOVICI, A., MARC, G., coordonator MITROFAN I. *Copii și adolescenți. Probleme, tulburări, evaluare și intervenție psihoterapeutică*. București: SPER, 2014. 304 p. ISBN 978-606-8429-34-2.

15. DAMOUR, L. *Căile întortocheate ale adolescenței: cum să-ți îndrumi fiica prin cele șapte etape ale maturizării*. București: Trei, 2017. 319 p. ISBN 978-606-719-997-0.
16. DORON, R., PAROT, F. *Dicționar de psihologie*. București: Humanitas, 2006. 886 p. ISBN 973-50-1164-6.
17. DUCKWORTH, A. *Puterea pasiunii și a perseverenței*. Tr. de I. Bertea. București: Publica, 2016. 412 p. ISBN 9786067222050.
18. DUMITRIU, E. *Timiditatea și terapia ei*. București: Știința și tehnica, 1998. 272 p. ISBN 973-9236-32-4.
19. EMPSON, P. & C. *Jocuri pentru toți*. Timișoara: One Way, 2008. 230 p. ISBN 978-973-88965-1-2.
20. ERICSSON, A., POOL, R. *Peak: secretele performanței de top și noua știință a expertizei*. București: Publica, 2016. 392 p. ISBN 978-606-722-217-3.
21. FRODHAM, F. *Introducere în psihologia lui C. G. Jung*. București: IRI, 1998. 205 p. ISBN 973-98377-0-0.
22. FURMAN, B. *Metoda Eu Pot în acțiune*. Iași: Psy, 2018. 276 p. ISBN 978-606-94579-1-7.
23. GÎNGOTA, N. *Dezvoltarea sferei afectiv volitive la vârsta școlară mică în diferite situații sociale de dezvoltare*. Autoreferat al tezei de doctor în psihologie. Chișinău: UPS I. Creangă. 2003. 23 p.
24. GÎRLAȘU- DUMITRU, O. *Tehnici psihoterapeutice*. București: Victor, 2004. 205 p. ISBN 973-8128-53-6.
25. GLADWELL, M. *Excepționalii: povestea succesului*. București: Publica, 2008. 271 p. ISBN 978-973-1931-14-2.
26. GODEANU, D. *Bazele psihodinamice ale terapiilor experiențiale de grup și de familie*. București: SPER, 2013. 262 p. ISBN 978-606-8429-30-4.
27. GOLU, F. *Manual de psihologia dezvoltării. O abordare psihodinamică*. Iași: Polirom, 2015. 344 p. ISBN 978-973-46-5627-1.
28. HOLDEVICI, I. *Tratat de psihoterapie cognitiv-comportamentală*. București: Trei, 2009. 720 p. ISBN 978-973-707-260-3.
29. ILIE, G. *Art-terapia și dezvoltarea personală la adolescenți*. București: SPER, 2017. 164 p. ISBN 978-606-8429-64-9.
30. IROFTE, L. *Voința la preadolescenți*. În: *Probleme actuale ale științelor umaniste. Analele științifice ale doctoranzilor și competitorilor*. Vol. XV, partea a II-a. Chișinău: UPS I. Creangă, 2016. p. 59-63. ISBN 978-9975-46-237-2.

31. IROFTE, L. Structura și calitățile actului volitiv. În: *Probleme actuale ale științelor umanistice. Analele științifice ale doctoranzilor și postdoctoranzilor*. Vol. 15, partea a II-a. Chișinău: CEP UPS „Ion Creangă” 2017. p. 107 – 112. ISBN 978-9975-46-348-5
32. IROFTE, L. Modalități de investigare a calităților volitive. În: *Tendințe moderne în psihologia practică*, conferința științifico-practică națională cu participare internațională. Chișinău: CEP UPS „Ion Creangă” 2018. p. 103–107. ISBN 978-9975-46-370-6.
33. IROFTE, L. Neuroștiința asumării riscurilor la adolescenți. În: *Probleme actuale ale științelor umanistice. Analele științifice ale doctoranzilor și competitorilor*. Vol. 16, partea a II-a. Chișinău: CEP UPS „Ion Creangă” 2018. p. 124–136. ISBN 978-9975-46-394-2.
34. IROFTE, L. Patologia voinței. În: *Probleme actuale ale științelor umanistice. Analele științifice ale doctoranzilor și competitorilor*. Vol. 18, partea a III-a. Chișinău: CEP UPS „Ion Creangă” 2019. p. 208–218. ISBN 978-9975-46-423-9.
35. KISHIMI, I., KOGA, F. *Curajul de a nu fi pe placul celorlalți*. București: Litera, 2018. 304 p. ISBN 9786063332586.
36. KUZMA, K. *Înțelege-ți copilul*. București: Viață și Sănătate, 2003. 130 p. ISBN 973-9484-63-8.
37. JAGOT, P. C. *Puterea voinței. Cum să acționăm asupra noastră, asupra altora și asupra destinului*. București: Orfeu, 2000. 150 p. ISBN 973-98438-1-6.
38. JUNG, C. G. *Practica psihoterapiei: contribuții la problema psihoterapiei și la psihologia transferului*. București: Trei, 2013. 389 p. ISBN 978-973-707-718-9.
39. LEVINE, A., HELLER, R. *Stilurile de atașament*. Cluj-Napoca: ASCR, 2015. 288 p. ISBN 978-606-8244-86-0.
40. MANES, S. *83 de jocuri pentru animarea grupurilor*. Iași: Polirom, 2008. ISBN 9789734612130.
41. MANSON, M. *Arta subtilă a nepăsării*. București: Lifestyle Publishing, 2017. 240 p. ISBN 9786067891096.
42. MARIȘ, A., MANEA, G., PRALĂ R. *Adolescenți și terapeuți: 12 ședințe de dezvoltare personală*. București: SPER, 2016. 134 p. ISBN 978-606-8429-56-4.
43. MATE, G. *Minți împrăștiate. Originile și vindecarea tulburărilor de deficit de atenție*. București: Herald, 2019. 316 p. ISBN 978-973-111-770-6.
44. MCGONIGAL, K. *Puterea voinței. Cum funcționează autocontrolul și ce putem face pentru a-l îmbunătăți*. Tr. de M. Iovu. București: Litera, 2015. 336 p. ISBN 9786063301636.

45. MIH, V. *Psihologie Educațională*, vol. 1. Cluj-Napoca: ASCR, 2010. 302 p. ISBN 978-973-7973-85-6.
46. MIH, V. *Psihologie Educațională*, vol. 2. Cluj-Napoca: ASCR, 2010. 262 p. ISBN 978-973-7973-86-3.
47. MIRICĂ, A. *Dramaterapie: Amfiteatrul Eului Creativ*. București: SPER, 2013. 167 p. ISBN 978-606-8429-27-4.
48. MITROFAN, I. (Coord.) *Cursa cu obstacole a dezvoltării umane*. Iași: Polirom, 2003. 480 p. ISBN 973-681-440-8.
49. MITROFAN, I. *Terapia Unificării (Abordare holistică a dezvoltării umane)*. Colecția ANIM, Nr. 3. București: SPER, 2004. 283 p. ISBN 973-8383-08-0.
50. MITROFAN, I. (Coord.) *Orientarea experiențială în psihoterapie*. Colecția ALMA MATER. București: SPER, 2005. 369 p. ISBN 973-99221-4-7.
51. MITROFAN, I. *Psihoterapie, repere teoretice, metodologice și aplicative*. București: SPER, 2008. 504 p. ISBN 978-973-8383-38-8.
52. MULCO, I. *Dezvoltarea sferei volitive la preșcolari în cadrul activităților de coregrafie*. Autoreferat al tezei de doctor în psihologie. Chișinău: UPS I. Creangă, 2000. 31 p.
53. MUNTEANU, A. *Psihologia copilului și a adolescentului*. Timișoara: Eurobit, 2011. 315 p. ISBN 978-973-620-301-5.
54. NEACȘU, I. *Introducere în psihologia educației și a dezvoltării*. Iași: Polirom, 2010. 336 p. ISBN 978-973-46-1798-2.
55. NECULAU, A., IACOB, L., BONCU, S., SĂLĂVĂSTRU, D., LUNGU, O. *Psihologie: manual pentru clasa a X-a*. Iași: Polirom, 2000, 164 p. ISBN 973-46-0027-3.
56. NEGREȚ, M. *Consilierea alternativă prin realizare de filme: un program pentru adolescenți și preadolescenți cu dificultăți de adaptare*. București: SPER, 2010. 182 p. ISBN 978-973-8383-62-3.
57. NIȚĂ, L., RACU, Iu. Calitățile volitive la preadolescenți. În: *Dezvoltarea personală și integrarea socială a actorilor educaționali*. Conferință științifică cu participare internațională. Chișinău: UPS „Ion Creangă”, 2021, p. 38-44. ISBN 978-9975-46-570-0.
58. OAKLANDER, V. *Ferestre către copiii noștri*. Trad. de Chicu T. și Toader C. București: Herald, 2013. 428 p. ISBN 978-973-111-386-9.
59. PAPALIA, D., WENDKOS OLDS, S., DUSKIN FELDMAN, R. *Dezvoltarea umană*. București: Trei, 2010. 832 p. ISBN 978-973-707-414-0.
60. PAȘCA, M. D. *Povestea terapeutică*. Târgu-Mureș: Ardealul, 2004. 297 p. ISBN 973-9087-69-8.

61. PÂNIȘOARA, G., SĂLĂVASTRU, D., MITROFAN, L. *Copilăria și adolescența. Provocări actuale în psihologia educației și dezvoltării*. Iași: Polirom, 2016. 308 p. ISBN 9789734660162.
62. PETCU, O. *Copiii și jocul emoțiilor: 12 ședințe de dezvoltare personală*. București: SPER, 2018. 142 p. ISBN 978-606-8429-70-0.
63. PIAJET, J. *Psihologia inteligenței*. Chișinău: Cartier, 2008. 204 p. ISBN 9789975794640.
64. POPESCU-NEVEANU, P. *Dicționar de psihologie*. București: Albatros, 1978. 784 p.
65. POPESCU-NEVEANU, P. *Tratat de psihologie generală*. București: Trei, 2013. 888 p. ISBN 9789737076953.
66. QUARANTA, M. *Animarea grupurilor*. Iași: Polirom, 2009. 200 p. ISBN 978-973-46-1502-5.
67. RACU, I., RACU, Iu. *Psihologia dezvoltării*. Chișinău: UPS „Ion Creangă”, 2013. 212 p. ISBN 978-9975-71-478-5.
68. RACU, Iu. *Psihologia anxietății la copii și adolescenți*. Teză de doctor habilitat în psihologie. Chișinău: UPS „Ion Creangă”, 2020. 351 p.
69. RACU, Iu. *Psihologia anxietății la copii și adolescenți*. Monografie. Ed. a 2-a rev. și adăugită. Redactor științific: Racu I. Chișinău: UPS „Ion Creangă”, 2021. 309 p. ISBN 978-9975-46-521-2.
70. RACU, Iu., NIȚĂ, L. Dezvoltarea voinței la preadolescenții contemporani. În: *Învățământul superior: tradiții, valori, perspective*. Materialele conferinței științifice cu participare internațională. Vol. 1. Chișinău: UST, 2021. p. 349 – 353. ISBN 978-9975-76-360-8.
71. RACU, Iu., NIȚĂ, L. Voința și trăsăturile de personalitate la preadolescenți. În: *Asistența psihologică la etapa contemporană- realități și perspective*. Materialele conferinței științifice internaționale. Ediția a II-a. Bălți: Universitatea de „Stat Alecu” Russo, 2021. p. 117-127. ISBN 978-9975-50-269-6.
72. RACU, Iu., NIȚĂ, L. Particularitățile conștiințiozității, stabilității emoționale și autonomiei la preadolescenți. În: *Revista Univers Pedagogic*. Nr.4 (72). Chișinău: Centrul editorial Univers Pedagogic, 2021. p.68-74. ISSN 1811-5470.
73. RIBOT, T. *Voința și patologia ei*. București: IRI, 1997. 140 p. ISBN: 973-97627-7-8.
74. RUPPERT, F. *Simbioză și autonomie: traumă și iubire dincolo de complicațiile simbiotice*. București: Trei, 2015. 368 p. ISBN 978-606-719-388-6.
75. SATIR, V. *Arta de a făuri oameni*. București: Trei, 2010. 457 p. ISBN 978-973-707420-1.

76. SĂLĂGEAN, V., TITIENI, D., VINȚI, I., COSTIN, N. *Adolescentul, familia și reproducerea*. Cluj-Napoca: Dacia, 1997. 189 p. ISBN 9733505455.
77. SILLAMY, N. *Dicționar de psihologie*. București: Univers Enciclopedic Gold, 2009. 352 p. ISBN 9786069215951.
78. SIMISTER, C. J. *Jocuri pentru dezvoltarea inteligenței și creativității copiilor*. Iași: Polirom, 2011. 272 p. ISBN 973-46-1871-2.
79. SION, G. *Psihologia vârstelor*. Ed. a IV-a. București: Fundația României de Măine, 2007. 256 p. ISBN 978-973-163-013-7.
80. SYED, M. *Mitul talentului. Mozart, Federer, Picasso, Beckham și știința succesului*. Pitești: Paralela 45, 2013. 256 p. ISBN 978-973-47-1652-4.
81. ȘCHIOPU, U. *Dicționar de psihologie*. București: Babel, 1997. 740 p. ISBN 973-48-1027-8.
82. ȘCHIOPU, U., VERZA, E. *Psihologia vârstelor, ciclurile vieții*. Ed.a III-a revizuită. București: Didactică și Pedagogică, 1997. 508 p. ISBN 973-30-5798-3.
83. TALAN, K. *Ajută-ți copilul să revină pe calea cea bună. Cum să rezolvi problemele emoționale și de comportament ale copilului*. tr. de I. Pricop. București: TREI. 2013. 460 p. ISBN 978-973-707-678-6.
84. UDREA, M. L. *Jurnalul unui grup de dezvoltare personală unificatoare*. București: SPER, 2010. 120 p. ISBN 978-973-8383-63-0.
85. VERDEȘ, A. *Dezvoltarea afectivității la preadolescenți educați în situații sociale de dezvoltare diferite*, Teză de doctor în psihologie. Chișinău: UPS I. Creangă, 2009, 185 p.
86. VERZA, E. VERZA. F. E. *Psihologia vârstelor*. București: Pro Umanitate, 2000. 310 p. ISBN 973-99734-4-4.
87. VERZA, E., VERZA, F. E. *Psihologia copilului*. București: TREI, 2017. 556 p. ISBN 978-606-40-0237-2.
88. VLADISLAV, E. O. *Conceptul de sine la adolescenți. Evaluare și optimizare în grupul experiențial*. București: SPER, 2009. 189 p. ISBN 9789738383487.
89. VLADISLAV, E. O. *Ghid aplicativ de evaluare clinică a copiilor și adolescenților*. București: SPER, 2015. 296 p. ISBN 978-606-8429-49-6.
90. ZLATE, M., CREȚU, T., MITROFAN, N., ANIȚEI, M. *Psihologie: manual pentru clasa a X-a*. București: Aramis, 2005. 160 p. ISBN 973-679-234-X.
91. ZLATE, M. *Fundamentele psihologiei*. Iași: Polirom, 2009. 336 p. ISBN 978-973-46-1520-9.

92. AINSLIE, G. Disorders of volition. In *Psychological Research*, 2003. p. 2-28. ISBN 0-262-19540-2.
93. ASSELMANN, E., HILBERT, K., HOYER, J. et al. Self-reported volitional control in adolescents and young adults from a community cohort: Associations with current, past and future mental disorders. In *Psychiatry Research*. Ireland: Elsevier, 2018. p. 292-299. ISSN 18727123.
94. BAARS, B. J. A New Ideomotor Theory of Voluntary Control, Experimental Slips And Human Error. Exploring the Architecture of Volition. In *Cognition and Language*. New York: Springer Science + Business Media, 1992. p.93-115. ISBN 978-1-4899-1166-7.
95. BAUMANN, N., K., QUIRIN, M., KOOLE, S. L. *Why people do the things they do, Building on Julius Kuhl's contributions to the Psychology of Motivation and Volition*. Gottingen: Hogrefe Publishing, 2018. p. 2-12. ISBN 9780889375406.
96. BAUMEISTER, R. F., VOHS, K. D. Self-regulation, Ego Depletion, and Motivation. In *Social and Personality Psychology Compass*, 1. Oxford: Blackwell Publishing LTD, 2007. p. 115–128. ISSN 1751-9004.
97. BAYNE T. Phenomenology and the feeling of doing: Wegner on the conscious will. In *Does Consciousness Cause Behavior? An investigation of the Nature of Volition*. S. Pockett. W. P. Banks, and S. Gallagher (eds). Cambridge: MIT Press, 2006. p.169-187. ISBN 9780262162371.
98. BECKERT, T. Autonomy and its assessment. In *Ecyclopedia of Adolescence*. New York: Springer International Publishing, 2018 p. 355-360. ISBN 978-1-4419-1696-9.
99. BLAKEMORE, S. J., BURNETT, S., DAHL, R. E. The role of puberty in the developing adolescent brain. In *Human Brain Mapping*. Hoboken, New-Jersey: Wiley Liss Inc, 2010. p. 927-933. ISSN 1097-0193.
100. BLUM, R., NELSON-MMARI, K. The health of young people in a global context. In *Journal of Adolescent Health*, Nr. 35. Amsterdam: Elsevier, 2004. p. 402-418. ISSN 1054-139x.
101. BOEKAERTS, M. Self-Regulation and Effort Investment. In *Handbook of Child Psychology*. Hoboken, New-Jersey: Wiley, 2007. p. 345-377. ISBN 978-0471272915.
102. BOURGUIGNON, J. P., CAREL, J. C., CHRISTEN, Y. (eds). *Brain crosstalk in puberty and adolescence*. Research and perspectives in endocrine interactions. Berlin: Springer, 2015. 83 p. ISBN 978-3-319-09167-9.

- 103.BOWEN S., MARLATT A. Surfing the urge: Brief mindfulness-based intervention for college student smokers. In *Psychology of Addictive Behaviors*. 23(4):666-71. Washington, DC: APA, 2009. p. 666-671. ISSN 0893-164X.
- 104.BRASS, M., LYNN, M. T., DEMANET, J., RIGONI, D. Imaging volition: What the brain can tell us about the will. In *Experimental Brain Research*. Vol 229 (3). Verlag, Berlin Heidelberg: Springer, 2013. p.301-313. ISSN 00144819.
- 105.BROONEN, J. Motivation and Volition. In *Vocational Psychology: An Action Control Perspective in Counseling and Action*. New-York: Springer, 2015. p. 69-89. ISBN 978-1-4939-0773-1_5.
- 106.CHADWICK, P., BIRCHWOOD, M. M. The Omnipotence of voices. A cognitive approach to auditory hallucinations. In *British Journal of Psychiatry*, 164. Cambridge: Cambridge University Press, 1994. p.190-201. ISSN 0007-1250.
- 107.CHAMBERS, R., TAYLOR, J., POTENZA, M. Developmental neurocircuitry of motivation in adolescence: A critical period of addiction vulnerability. In *American Journal of Psychiatry*, Nr.160. Washington, D.C.: American Psychiatric Association, 2003. p. 1041-1052. ISSN 0002-953X.
- 108.COLE, M., COLE, Sh. *The development of children*. New York: Worth Publishers, 2001. 697 p. ISBN 9780716738336.
- 109.CORNO, L., KANFER, R. The Role of Volition in Learning and Performance. In *Review of Research in Education*, vol.19. Washington, D.C.: American Educational Research Association, 1993. p. 301-341. ISSN 0091-732X.
- 110.COXON, J. P. Intracortical Inhibition during Volitional Inhibition of Prepared Action. In *Journal of Neurophysiology*, vol. 95 (6). Rockville, MD: American Physiological Society, 2006. p. 3371-3383. ISSN 0022-3077.
- 111.DAVID A. S., The Neuropsychological Origin of Auditory Hallucinations. In *The Neuropsychology of Schizophrenia*, ed. A. S. David and J. Cutting. London: Psychology Press, 1994. p. 269-313. ISBN 9781315785004.
- 112.DEIMANN, M., BASTIAENS, T. The Role of Volition in Distance Education: AN Exploration of its Capacities. In *International Review of Research in Open and Distance Learning*, vol.11 (1). Athabasca, Alberta: Athabasca University Press, 2010. p.1-16. ISSN 1492-3831.
- 113.DEREVENSKY, J., GUPTA, R., BABOUSHKIN, H. Underlying cognitions in children's gambling behavior: can they be modified? In *International Gambling Studies*, vol. 7. Milton Park: Taylor & Francis, 2007. p. 281-298. ISSN 1445-9795.

- 114.DEWITTE, S., LENS, W. Volition: Use with measure. In *Learning and Individual Differences*, vol.11 (3). Amsterdam: Elsevier Science, 1999. p.321-333. ISSN 10416080.
- 115.DIEFENDORFF, J. M., LORD, R. G. The Volitional and Strategic Effects of Planning on Task Performance and Goal Commitment. In *Human Performance*, vol.16 (4). Philadelphia: Taylor & Francis, 2003. p. 365-387. ISSN 08959285.
- 116.DONATI, M. A., CHIESI, F., PRIMI, C. A model to explain at-risk/problem gambling among male and female adolescents: gender similarities and differences. In *Journal Adolescence*, vol. 36 (1). Amsterdam: Elsevier, 2013. p. 129-137. ISSN 0140-1971.
- 117.DUCKWORTH, A. L., PETERSON, C., MATTHEWS, M. D. & Kelly, D. R. Grit: Perseverance and passion for long-term goals. In *Journal of Personality and Social Psychology*, 92 (6). Washington, D.C: APA, 2007. p. 1087-1101. ISSN 0022-3514.
- 118.DUCKWORTH, A. L. & Quinn, P. D. Development and validation of the Short Grit Scale (GritS). In *Journal of Personality Assessment*, 91, New-York: Taylor and Francis, 2009. p. 166-174. ISSN 0022-3891.
- 119.ELKIND, D. Egocentrism in adolescence. In *Child Development*, Nr.38. Hoboken, New-Jersey: Wiley, 1967. p. 1025-1034. ISSN 1467-8624.
- 120.ERIKSON, E. H. *Identity Youth and Crisis*. New York- London: W.W. Norton & Company, 1968. p. 128-135. ISBN 0- 393-31144-9.
- 121.FIELD, A. E., CAMARGO, C. A., TAYLOR, B., BERKLEY, C. S., ROBERTS, S. B., COLDITZ, G. A. Peer, parent, and media influence on the development of weight concerns and frequents dieting among preadolescent and adolescent girls and boys. In *Pediatrics*, vol. 107 (1), Itasca, Illinois: American Academy of Pediatrics, 2001, p. 54-60. ISSN 0031-4005.
- 122.FONAGY, P., TARGET, M. A contemporary psychoanalytical perspective: Psychodynamic developmental therapy. In E. D. Hibbs & P. S. Jensen (Eds.), *Psychosocial treatments for child and adolescent disorders: Empirically based strategies for clinical practice*. Washington DC: APA, 1996. p. 619–638. ISBN 978-1-59147-092-2.
- 123.FORSTMEIER, S., RUDEL, H. Measuring Volitional Competences: Psychometric Properties of a Short Form of the Volitional Components Questionnaire (VCQ) in a Clinical Sample. In *The Open Psychology Journal*. NL: Bentham Science Publishers B.V. 2008, p. 66-77. ISBN 1874-3501.
- 124.FRITH, C. Attention to action and awareness of other minds. In *Consciousness and Cognition*, 11. Amsterdam: Elsevier Science, 2002. p. 481-487. ISSN 1053-8100.

- 125.FRITH, C. Psychology of volition, vol. 229. In *Experimental Brain Research*. Berlin: Springer, 2013. p. 290-297. ISSN 00144819.
- 126.FROMM, E. *The Fear of Freedom*. UK: Routledge, 2001. 272 p. ISBN: 9780415253888.
- 127.GANOS, C., ASMUSS, L., BONGERT, J., BRANDT, V., MÜNCHAU, A., HAGGARD, P. Volitional action as perceptual detection: Predictors of conscious intention in adolescents with TIC disorders. In *Cortex*, vol. 64. Amsterdam: Elsevier, 2015. p. 47-54. ISSN 19738102.
- 128.GODDINGS., A. L. The Role of Puberty in Human Adolescent Brain Development. In *Brain Crosstalk in Puberty and Adolescence, Research and Perspectives in Endocrine Interactions*, 13. Switzerland: Springer International Publishing, 2015, p. 75-84. ISSN: 1861-2253.
- 129.GOMES, G. Volition and the readiness potential. In *Journal of Consciousness Studies*, vol. 25 (2). Exeter, UK: Imprint Academic, 1999. p.157-181. ISSN 13558250.
- 130.GOSHKE, T. Dysfunctions of decision-making and cognitive control as transdiagnostic mechanisms of mental disorders: advances, gaps, and needs in current research. In *International Journal of Methods of Psychiatric Research*, 23 (1). Hoboken, New-Jersey: Wiley Online Library, 2014. p. 41-57. ISSN 1557-0657.
- 131.HAGGARD, P., CARTLEDGE, P., DAFYDD, M., OAKLEY, D. A. Anomalous control: When „free-will” is not conscious. In *Consciousness and Cognition*, 13. US: Academic Press Inc, 2004. p 646-654. ISSN 10538100.
- 132.HAGGARD, P. Human volition: towards a neuroscience of will. In *Nature Reviews Neuroscience*, vol. 9 (12). London: Nature Publishing Group, 2008. p. 934-946. ISBN 1471-0048.
- 133.HAGGARD, P. The Sources of Human Volition. In *Science*, vol. 324 (5928). Washington, DC: American Association for the Advancement of Science, 2009. p.731-733. ISSN 0036-8075.
- 134.HANSEN, M., JANSSEN, I., SCHIFF, A., ZEE, P.C., DUBOCOVICH, M. L. The impact of school daily schedule on adolescent sleep. In *Pediatrics*, 115. Itasca, Illinois: American Academy of Pediatrics. 2005. p.1555-1561, ISSN 0031-4005.
- 135.HECKHAUSEN, H., GOLLWITZER, P. M. Thought contents and cognitive functioning in motivational versus volitional states of mind. In *Motivation and Emotion*, vol. 11 (2). New-York: Springer, 1987. p. 101-120. ISBN 0146-7239.
- 136.HENDERSON, S. The neglect of volition. In *British Journal of Psychiatry*. Cambridge: Cambridge University Press, 2005. p. 273-274. ISSN 00071250.

- 137.HERTEL, P. T. The cognitive-initiative account of depression-related impairments in memory. In *The Psychology of Learning and Motivation: Advances in Research and Theory*. San Diego: Academic Press, 2000. p. 47-71. ISSN 797421.
138. HUDSON, N. W., FRALEY, R. C. Volitional Personality Trait Change: Can People Choose to Change Their Personality Traits? In *Journal of Personality and Social Psychology*. Washington DC: APA, 2015. p.1-18. ISSN 1939-1315.
- 139.HULL, J. G., SLONE, L. B. Self-Regulatory failure and alcohol use. In *Handbook of Self-Regulation Research*, ed. R.F. Baumeister and K.D. Vohs. New York: Guilford Press, 2004. p 466-491. ISBN 1-57230-991-1.
- 140.INGVAR, D. H. On Volition. A neurophysiologically Oriented Essay. In *Journal of Consciousness Studies*, 6, No. 8-9. Exeter, UK: Imprint Academic, 1999. p.1-10. ISSN 1355-8250.
- 141.INZLICHT, M., SCHMEICHEL, B., J. What is ego depletion? Toward a mechanistic revision of the resource model of self-control. In *Perspectives on Psychological Science*, 7. Washington DC: Association for Psychological Science, 2020. p.450-463. ISSN 1745-6916.
- 142.IVANNIKOV, Y., EIDMAN, V. Structure of volitional qualities according to the self-appraisal. In *Soviet Journal of Psychology*, vol.11 (3). New York: Taylor & Francis, 1990. p. 28-41. ISBN 0891-2726.
- 143.JEANNEROD, M. The mechanism of self-recognition in humans. In *Behavioural Brain Research*, 142. Amsterdam: Elsevier, 2003. p.1-15. ISSN 0166-4328.
- 144.KAKLAUSKAS, F. J., GREENE, L. R. *Core principles of group psychotherapy: an Integrated Theory, Research and Practice Training Manual*. New York: Routledge, 2020. 228 p. ISBN 978-0-367-20309-2.
- 145.KELLER, J. An integrative theory of motivation, volition and performance. In *Cognition and Learning*, vol.6. Philadelphia: Old City Publishing, 2008. p. 79-104. ISSN 15400182.
- 146.KOOLE, S. L., SCHLINKERT, C., MALDEI, T., BAUMANN, N. Becoming Who You Are: An Integrative Review of Self-Determination Theory and Personality Systems Interactions Theory. In *Journal of Personality*. Hoboken, New Jersey: Wiley Periodicals LLC, 2018. p. 2-68. ISSN 1467-6494.
- 147.KUHL, J., BECKMANN, J. *Volition and Personality: Action Versus State Orientation*. Seattle: Hogrefe & Huber Publishers, 1994. 498 p. ISBN 978-0889370296.
- 148.KUHL, J. A functional-design approach to motivation and self-regulation: The dynamics of personality systems interactions. In M. Boekaerts, P.R. Pintrich & M. Zeidner (Eds.),

- Handbook of Self-regulation*. San Diego, United States: Academic Press, 2000. p.111-169. ISBN 978-0-12-109890-2.
- 149.LIBET. B., FREEMAN, A., SUTHERLAND, K. *The Volitional Brain: Towards a Neuroscience of Free Will*. Thorverton: Imprint Academic, 1999. 298 p. ISBN 0907845509.
 - 150.LIDDLE, P. F., Morris, D. L. Schizophrenic syndromes and frontal-lobe performance. In *British Journal of Psychiatry*, 158. Cambridge: Cambridge University Press, 1991. p.340-34. ISSN 0007-1250.
 - 151.LILJENSTRÖM, H. Consciousness, decision making, and volition: freedom beyond chance and necessity. In *Theory in Biosciences*. Berlin Heidelberg: Springer, 2021. 2-16 p. ISSN 16117530.
 - 152.LUNDBERG, Sh. ROMICH, J. L., TSANG, K. P. Decision-making by children. In *Review of Economics of the Household*, vol.7. Berlin: Springer Science and Business Media, 2009. p. 1-30. ISBN 1573-7152.
 - 153.MAHLER, M., PINE, F., BERGMAN, A. *The Psychological Birth of the Human Infant: Symbiosis and Individuation*. New York: Basic Books, 2000. 332 p. ISBN 978-0465095544.
 - 154.MAIN, M., HESSE, E. Parents' unresolved traumatic experiences are related to infant disorganized attachment status: Is frightened and/or frightening parental behavior the linking mechanism? In M. T. Greenberg, D. Cicchetti, & E. M. Cummings (Eds.), *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention*. Chicago: University of Chicago Press, 1990. 161–182 p. ISBN 978-0226306308.
 - 155.MASCOLO, M. F., FISCHER, K. W. Dynamic development of thinking, feeling, and acting. In W. F. Overton, P. C. M. Molenaar, & R. M. Lerner (Eds.), *Handbook of child psychology and developmental science: Theory and method*. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc. 2015. p. 113–161 ISBN 9781118963418.
 - 156.METZINGER, T. *Being No One: The Self-Model Theory of Subjectivity*. Cambridge, Mass: MIT University Press. 2004. 714 p. ISBN 9780262633086.
 - 157.MISCHEL, H. N., MISCHEL, W. The Development of Children's knowledge of Self-Control Strategies. In *Motivation, Intention and Volition*. ed. HALISH, F., KUHL, J., Berlin: Springer, 1987. p. 321-336. ISBN 978-3-642-70967-8.
 - 158.MOILANEN, K. L. The adolescent self-regulatory inventory: The development and validation of a questionnaires of short-term and long-term self-regulation. In *Journal of Youth and Adolescence*. Berlin: Springer, 2007. p. 835-848. ISSN 0047-2891.

- 159.MOSHMAN, D. Adolescent Reasoning and Rationality. In *Critical Thinking and Reasoning, Theory, Development, Instruction, and Assessment*. Leiden: Brill, 2020. p.99-113. ISBN 978-90-04-44459-1.
- 160.NACHEV, P., HUSAIN, M., KENNARD, C. Volition and Eye Movements. In *Progress in Brain Research*, 171. Amsterdam: Elsevier, 2008. p. 391-398. ISBN 9780444531636.
- 161.NELSON, E., LEIBENLUFT, E., MCCLURE, E., PINE, D. The Social Re-orientation of Adolescence: A neuroscience perspective on the process and its relation to psychopathology. In *Psychological Medicine*, Nr. 35. Cambridge: Cambridge University Press, 2005, p.163-174. ISSN 0033-2917.
- 162.NEUFELD, G., MATE, G. *Hold on to your kids: Why parents need to matter more than peers*. New York: Ballantine Books, 2006. 352 p. ISBN 0375760288.
- 163.NITSCHKE, J. B., MACKIEWICZ, K. L. Prefrontal and Anterior Cingulate Contributions to Volition in Depression. In *International Review of Neurobiology*, vol. 67. Amsterdam: Elsevier, 2005. p.73-94. ISBN 0123668689.
- 164.NIȚĂ, L. Development of Volitional Qualities in Preadolescents in Experimental Conditions. In *Journal of Experiential Psychotherapy*, vol. 24, 2 (9), București: SPER, 2021, p.12-18. ISSN 1453-634X, 2359-7607 (online).
- 165.PAGEL, J. F., KIRSHTEN, Ph. *Machine Dreaming and Consciousness*. Cambridge, Massachusetts: Academic Press, 2017. 230 p. ISBN 978-0128037201.
- 166.PARKINSON, J., GARFINKEL, S., CRITCHLEY, H., DIENES, Z., SETH, A. K. Don't make me angry, you wouldn't like me when I'm angry: Volitional choices to act or inhibit are modulated by subliminal perception of emotional faces. In *Cognitive, Affective and Behavioral Neuroscience*, vol.17 (2). Berlin: Springer, 2017. p.252-268. ISSN 15307026.
- 167.PILLOW, B. Children's and adults' evaluation of the certainty of deductive inferences, inductive inferences, and guesses. In *Child Development*, 73 (3). New Jersey: Wiley Online Library, 2002 p.779-792. ISSN 1467-8624.
- 168.PINTRICH, P. R. Taking control of research on volitional control: Challenges for future theory and research. In *Learning and Individual Differences*, vol.11. (3). Amsterdam: Elsevier, 1999. p.335-354. ISSN 10416080.
- 169.POSNER, M. I. Genes and experience shape brain networks of conscious control. In *Progress in Brain Research*, vol.150. Amsterdam: Elsevier, 2005. p.173-183. ISBN 978-0-444-51851-4.
- 170.RANKING, J., LANE, D., GIBBONS, F., GERRARD, M. Adolescent self-consciousness: Longitudinal age changes and gender differences in two cohorts. In

- Journal of Research on Adolescents*, 14. New Jersey: Wiley Online Library, 2004. p. 2-21. ISSN 1532-7795.
- 171.REYNA, V. F., FARLEY, F. Risk and Rationality in Adolescent Decision-making: Implications for Theory, Practice, and Public Policy. In *Psychological Science in the Public Interest*, Nr.7. Oxford: Blackwell Publishers Inc. 2006, p.1-44. ISSN 15291006.
 - 172.RISTIC, J., KINGSTONE, A. Rethinking Attentional Development: Reflexive and Volitional Orienting in Children and Adults. In *Developmental Science*, vol.12 (2). New Jersey: Wiley Online Library, 2009. p.289-296. ISSN 1467-7687.
 - 173.ROBERTS, G., ANDERSON, M. Task structure complexity and goal neglect in typically developing children. In *Journal of Experimental Child Psychology*, vol.120 (1). Amsterdam: Elsevier, 2014 p. 59-72. ISBN 1096-0457.
 - 174.RODRIGUEZ-GUTIERREZ, E., MARTIN-QUINTANA, J. C., CRUZ-SOSA, M. "Living adolescents in family" parenting program: adaptation and implementation in social and school contexts. In *Psychosocial Intervention*, 25. Spain: Colegio Oficial de Psicologos de Madrid, 2016. p.103-110. ISSN 11-32-0559.
 - 175.ROESER, R. W., PINELA, C. Mindfulness and compassion training in adolescence: A developmental contemplative science perspective. In *Mindfulness in Adolescence: New directions of Youth Development*, 142. New Jersey: John Wiley & Sons, 2014. p. 9-30. ISSN 1533-8916.
 - 176.ROTHBART, M. K., POSNER, M.I., KIERAS, J. Temperament, attention and the development of self-regulation. In *Blackwell Handbook of Early Childhood Development*. New Jersey: Blackwell Publishing 2006. p. 338-357. ISBN 9780470757703.
 - 177.ROTHWELL, J. C. Corticospinal involvement in volitional contractions. In *The Journal of Physiology*, vol.584. Hoboken, New Jersey: Wiley Online Library, 2007. p. 363. ISBN 0022-3751.
 - 178.SADEH, A., RAVIV, A., GRUBER, R. Sleep patterns and sleep disruptions in school age children. In *Developmental Psychology*, vol.36 (3). Washington DC: American Psychological Association, 2000. pp.291-301. ISSN 0012-1649.
 - 179.SCHEIDT, P., OVERPECK, M. D., WHATT, W., ASZMANN, A. Health and health behaviour among young people: a WHO cross-national study international report. In *WHO Policy Series: Health Policy for Children and Adolescents*, Series, No,1. Copenhagen: World Health Organization Regional Office for Europe, 2000. p.24-38. ISBN 92 890 1303 6.

- 180.SCHMIDT NEVEN, R. *Time-limited Psychodynamic Psychotherapy with Children and Adolescents*. Milton Park: Taylor & Francis Ltd., 2016. 160 p. ISBN 9781138960947.
- 181.SEBANZ, N., PRINZ, W. (Eds.) *Disorders of volition*. Cambridge: MIT Press, 2006. 504 p. ISBN 9780262195409.
- 182.SJÄSTAD, H., BAUMEISTER, R. F. The Future of the Will: Planning requires self-control and ego depletion leads to planning aversion. In *Journal of Experimental Social Psychology*, vol.76. Amsterdam: Elsevier, 2018. p.127-141. ISSN 0022-1031.
- 183.SHAMLYAN, K. Volitional organization of personality as a subject of empirical research. In *Journal of Education Culture and Society*, vol.2. Poland: Fundacja Pro Scientia Publica, 2015. p. 257-267. ISSN 2081-1640.
- 184.SHELEKHOV, I. L., BELOZYOROVA, G. V., BERESTNEVA, O. G., AKHMETOVA, L.V. Systematic Studies of the Formation of Will: Psychological, Philosophical and Pedagogical Aspects. In *Advances in Economics, Business and Management Research*, vol. 11. Amsterdam: Atlantis Press, 2020. p.438-445. ISSN 2352-5428.
- 185.SHULMAN, E. P., SMITH, A. R., SILVA, K., ICENOGLE, G., DUELL, N., CHEIN, J., STEINBERG, L. The dual Systems model: Review, reappraisal, and reaffirmation. In *Developmental Cognitive Neuroscience*. Amsterdam: Elsevier, 2015. p.103-117. ISSN 18789293.
- 186.SISK, C. L., FOSTER, D. L. The neural basis of puberty and adolescence. In *Nature Neuroscience*, 7. London: Nature Publishing Group, 2004. p. 1040-1047. ISSN 1097-6256.
- 187.STEINBERG, L. A social neuroscience perspective on adolescent risk-taking. In *Developmental Review*, Nr.28. Amsterdam: Elsevier, 2008. p. 78-106. ISSN 0273-2297.
- 188.STEVEN HAYES, C., LILLIS, J. *Acceptance and Commitment Therapy*. Washington DC: American Psychological Association, 2012. 168 p. ISBN 9781433811531.
- 189.SUSMAN, E. J., DORN, L. D., & SCHIEFELBEIN, V. L. Puberty, sexuality, and health. In R. M. Lerner, M. A. Easterbrooks, & J. Mistry (Eds.), *Handbook of Psychology: Developmental psychology*, Vol. 6. New Jersey: John Wiley & Sons, 2003. p. 295–324. ISBN 978-0470768860.
- 190.TALLEY, R. C., MONTGOMERY, R. (Eds.) *Caregiving Across the Lifespan: Research, Practice, Policy*. New-York: Springer, 2013. 186 p. ISBN 978-1-4614-5552-3.
- 191.TICE, D. M., BAUMEISTER, R. F., SHMUELI, D., MURAVEN, M. Restoring the self: Positive affect helps improve self-regulation following ego depletion. In *Journal of*

- Experimental Social Psychology*. Amsterdam: Elsevier, 2007. p. 379-384. ISSN 0022-1031.
- 192.TSABARY, Sh. *The Awakened Family: How to Raise Empowered, Resilient, and Consicuous Children*. New-York: Penguin Books, 2016. 348 p. ISBN 9780399563973.
- 193.van PETEGEM, S., VANSTEENKISTE, M., BEYERS, W. The Jingle-Jangle Fallacy in Adolescent Autonomy in the Family. *In Search of an Underlying Structure*. In *Journal of Youth and Adolescence*, vol. 42 (7). New York: Springer, 2013. p. 994-1014. ISBN 0047-2891.
- 194.VYSOCHINA, N., VOROBIOVA, A., VASYLENKO, M., VYSOCHIN, F. Volitional qualities of athletes and their influence on competitive activities. In *Journal of Physical Education and Sport*. Pitești: Editura Universității din Pitești, 2018. p. 230 – 234. ISSN 2247 - 806X.
- 195.WALKER, E., SABUWALLA, Z., HUOT, R. Pubertal neuromaturation, stress sensitivity, and psychopathology. In *Development and Psychopathology*, Nr. 16. Cambridge: Cambridge University Press, 2004. p.807-824. ISSN 0954-5794.
- 196.WATANABE, M., MUNOZ, D. P. Presetting Basal Ganglia for Volitional Actions. In *Journal of Neuroscience*, vol. 30. Amsterdam: Elsevier: 2010. p. 10144-10157. ISSN 0270-6474.
- 197.WATANABE, M., MATSUO, Y., ZHA, L., MUNOZ, D. P., KOBAYASHI, Y. Fixational saccades reflect volitional action preparation. In *Journal of Neurophysiology*, vol. 110 (2). Rockville, Md: American Physiological Society, 2013. p. 522-535. ISSN 0022-3077.
- 198.WATSON, G. Volitional Necessities. In *Agency and Answerability: Selected Essays*. Oxford: Clarendon, 2004. p.88-122. ISBN 0-262-02513-2.
- 199.WIGFIELD, A., ECCLES, J. S., FREDRICKS, J. A., SIMPKINS, S., ROESER, R. W., SCHIEFELE, U. Development of Achievement Motivation and Engagement. In M. E. Lamb & R. M. Lerner (Eds.), *Handbook of Child Psychology and Developmental Science: Socioemotional Processes*. Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons Inc., 2015. p. 657–700. ISBN 9781118953877.
- 200.WILMSHURST, L. *Essentials of child and adolescent psychopathology*. Hoboken, New-Jersey: Wiley, 2015. 384 p. ISBN 9781118840184.
- 201.WONG, M., NADEEM, E. Responding to the Challenges of Preadolescence: The Role of Caregivers, In *Caregiving Across the Lifespan: Research, Practice, Policy*. New-York: Springer, 2013. p.47-58. ISBN 978-1-4614-5552-3.

- 202.XAVIER, N. Why Adolescents Are at Risk of Misusing Alcohol and Gambling. In *Alcohol and Alcoholism*, Vol. 49 (2). Oxford: Oxford University Press, 2014. p. 165–172. ISSN 0735-0414.
- 203.YALOM, I. New directions in group therapy. In Silvano Arieti (Ed.) *American Handbook of Psychiatry*, Vol. 6. New-York: Basic Books, 1975. 1092 p.
- 204.YALOM, I., LESZCZ, M. *The theory and practice of group psychotherapy*. Kindle Edition. New-York: Basic Books, 2008. 690 p. ISBN 978-0465084463.
- 205.YANCEY, A. The meta-volition model: Organizational leadership is the key ingredient in getting society moving, literally!. In *Preventive Medicine*, Vol.49 (4). Amsterdam: Elsevier, 2009. p. 342-351. ISSN 0091-7435.
- 206.ZHANG, Y., COOKE, R. Using a combined motivational and volitional intervention to promote exercise and healthy dietary behaviour among undergraduates. In *Diabetes Research and Clinical Practice*. Amsterdam: Elsevier, 2009. p.215-223. ISSN 0168-8227.
- 207.ZHOU, J. Understanding volition. In *Philosophical Psychology*, vol. 17. Milton Park: Taylor & Francis, 2004. p. 247-273 ISBN 09515089.
- 208.ZIMMERMAN, B. J. Attaining self-regulation: a social cognitive perspective. In Boekaerts, M., Pintrich, P. (eds.), *Handbook of Self-Regulation*. San Diego: Academic Press, 2000. p.13-39. ISBN 978-0123695192.
- 209.ВЫГОТСКИЙ, Л. *Собрание сочинений. В 6-ти т. Т. 4 Детская психология*. Под ред. Д. Элькониной. Москва: Педагогика. 1984. 432 с. ББК 88 В 92.
- 210.ИЛЬИН, Е. *Мотивация и мотивы*. Санкт-Петербург: Питер. 2011. ISBN: 978-5-4237-0143-7 512 с.
- 211.ИЛЬИН, Е. *Психология воли*. Санкт-Петербург: Питер. 2009. 368 с. ISBN 978-5-388-00269-3.
- 212.КАЛИН, В. *Психология воли: сборник научных трудов памяти В. К. Калина*. Симферополь: [б. и.], 2011. 208 с.
- 213.КРАЙГ, Г., БОКУМ, Д. *Психология развития*. 9-е изд. пер. с англ. Т. Прохоренко. Санкт-Петербург: Питер. 2019. 940 с. ISBN 978-5-4461-1013-1.
- 214.ЛОВЯГИНА, А. Особенности психической саморегуляции и волевой сферы у спортсменов разной квалификации. В *Теория и практика физической культуры*. Москва, 2016. № 4. с. 66-68. ISSN 00403601.
- 215.МУХИНА, В. *Возрастная психология: Детство, отрочество, юность*. Хрестоматия: учебное пособие для вузов. Москва: Академия, 2000. 624 с. ISBN 5-7695-0447-1.

- 216.НЬЮКОМБ, Н. *Развитие личности ребенка* 2002. Санкт-Петербург: Питер 640 с. ISBN 5-272-00390-X, 0-673-99311-6.
- 217.ПУНИ, А. *Некоторые вопросы теории воли и волевая подготовка в спорте. Психология и современный спорт*. Москва: Просвещение. 1973. 152 с. ББК 88.3.
- 218.СТАМБУЛОВА, Н. *О формировании спортивно важных психических свойств спортсмена. Хрестоматия: Спортивная психология в трудах отечественных специалистов*. [Сост. и общая редакция И. П. Волкова]. Санкт-Петербург: Питер, 2002. сс. 64–72. ISBN 5-318-00591-8.
- 219.JANET, P. *L'Automatisme psychologique*. La 4e édition. Paris: Société Pierre Janet et le laboratoire de psychologie pathologique de la Sorbonne avec le concours du CNRS, 1973, 464 p.
- 220.BURKE, A. *The Four Fs of Complex Trauma. Recognizing and Healing our Survival Strategies*. Astrid Burke ©2020. [citat 15 septembrie 2020]. Disponibil: <https://www.astridburke.com>.
- 221.Csikszentmihalyi, M. *Adolescence*. Encyclopædia Britannica, Inc. ©2020. Disponibil: <https://www.britannica.com>.
- 222.*Platformă de evaluare a dezvoltării 6/7-18/19 ani (PEDb)* Cognitrom ©2022. Disponibil: <http://www.cognitrom.ro/>.
- 223.LOBEL, D. S. *The Difference Between People- Pleasing and Being Kind*. Psychology Today ©2021 [citat 11 aprilie 2021]. Disponibil: <https://www.psychologytoday.com/>.
- 224.*Consumul de tutun și țigarete electronice în rândul copiilor se află la cote alarmante în România*. Salvați Copiii ©2019. [citat 1 iulie 2019]. Disponibil: <https://www.salvaticopiii.ro>.
- 225.*Global Youth Tobacco Survey*. Stop Fumat. ©2017 [citat 31 mai 2018]. Disponibil: <https://stopfumat.eu>.
- 226.*Rezultatele studiului „Școala online. Elemente pentru inovarea educației”, derulat de profesori în științele educației de la Universitatea din București*. Universitatea din București ©2021 [citat 4 mai 2020]. Disponibil: <https://unibuc.ro>.
- 227.*Bullying-ul în rândul adolescenților din Republica Moldova*. UNICEF ©2019 [citat decembrie 2019]. Disponibil: <https://www.unicef.org>.

ANEXE

Anexa 1. Semnificațiile diferențelor după testul T-student pentru experimentul de constatare
Tabelul A. 1.1. Semnificațiile diferențelor pentru autoaprecierea voinței între rezultatele preadolescenților și cele ale preadolescentelor după testul T-student

Nr.	Eșantioane		Devianța de la medie		Pătratul devianței	
	B.1	B.2	B.1	B.2	B.1	B.2
1	18	11	-0.8	-6.7	0.64	44.89
2	16	12	-2.8	-5.7	7.84	32.49
3	10	16	-8.8	-1.7	77.44	2.89
4	12	22	-6.8	4.3	46.24	18.49
5	18	15	-0.8	-2.7	0.64	7.29
6	21	20	2.2	2.3	4.84	5.29
7	24	10	5.2	-7.7	27.04	59.29
8	20	17	1.2	-0.7	1.44	0.49
9	16	20	-2.8	2.3	7.84	5.29
10	12	20	-6.8	2.3	46.24	5.29
11	17	12	-1.8	-5.7	3.24	32.49
12	23	17	4.2	-0.7	17.64	0.49
13	15	12	-3.8	-5.7	14.44	32.49
14	18	15	-0.8	-2.7	0.64	7.29
15	14	22	-4.8	4.3	23.04	18.49
16	13	17	-5.8	-0.7	33.64	0.49
17	10	10	-8.8	-7.7	77.44	59.29
18	17	21	-1.8	3.3	3.24	10.89
19	12	20	-6.8	2.3	46.24	5.29
20	12	13	-6.8	-4.7	46.24	22.09
21	16	27	-2.8	9.3	7.84	86.49
22	18	20	-0.8	2.3	0.64	5.29
23	20	16	1.2	-1.7	1.44	2.89
24	23	10	4.2	-7.7	17.64	59.29
25	23	21	4.2	3.3	17.64	10.89
26	24	23	5.2	5.3	27.04	28.09
27	18	15	-0.8	-2.7	0.64	7.29
28	15	26	-3.8	8.3	14.44	68.89
29	26	12	7.2	-5.7	51.84	32.49
30	14	20	-4.8	2.3	23.04	5.29
31	23	24	4.2	6.3	17.64	39.69
32	20	22	1.2	4.3	1.44	18.49
33	25	22	6.2	4.3	38.44	18.49
34	28	11	9.2	-6.7	84.64	44.89
35	19	22	0.2	4.3	0.04	18.49
36	18	20	-0.8	2.3	0.64	5.29
37	18	16	-0.8	-1.7	0.64	2.89
38	19	21	0.2	3.3	0.04	10.89
39	23	20	4.2	2.3	17.64	5.29
40	18	23	-0.8	5.3	0.64	28.09
41	21	25	2.2	7.3	4.84	53.29
42	14	21	-4.8	3.3	23.04	10.89
43	18	13	-0.8	-4.7	0.64	22.09

44	18	18	-0.8	0.3	0.64	0.09
45	12	19	-6.8	1.3	46.24	1.69
46	17	22	-1.8	4.3	3.24	18.49
47	21	10	2.2	-7.7	4.84	59.29
48	18	14	-0.8	-3.7	0.64	13.69
49	16	15	-2.8	-2.7	7.84	7.29
50	20	21	1.2	3.3	1.44	10.89
51	22	23	3.2	5.3	10.24	28.09
52	21	22	2.2	4.3	4.84	18.49
53	21	16	2.2	-1.7	4.84	2.89
54	20	16	1.2	-1.7	1.44	2.89
55	15	20	-3.8	2.3	14.44	5.29
56	20	14	1.2	-3.7	1.44	13.69
57	19	19	0.2	1.3	0.04	1.69
58	19	19	0.2	1.3	0.04	1.69
59	14	18	-4.8	0.3	23.04	0.09
60	22	19	3.2	1.3	10.24	1.69
61	18	15	-0.8	-2.7	0.64	7.29
62	22	13	3.2	-4.7	10.24	22.09
63	21	20	2.2	2.3	4.84	5.29
64	12	19	-6.8	1.3	46.24	1.69
65	18	13	-0.8	-4.7	0.64	22.09
66	15	21	-3.8	3.3	14.44	10.89
67	18	13	-0.8	-4.7	0.64	22.09
68	18	16	-0.8	-1.7	0.64	2.89
69	19	11	0.2	-6.7	0.04	44.89
70	15	14	-3.8	-3.7	14.44	13.69
71	18	15	-0.8	-2.7	0.64	7.29
72	22	23	3.2	5.3	10.24	28.09
73	17	20	-1.8	2.3	3.24	5.29
74	22	22	3.2	4.3	10.24	18.49
75	18	11	-0.8	-6.7	0.64	44.89
76	19	21	0.2	3.3	0.04	10.89
77	17	16	-1.8	-1.7	3.24	2.89
78	19	21	0.2	3.3	0.04	10.89
79	23	22	4.2	4.3	17.64	18.49
80	19	15	0.2	-2.7	0.04	7.29
81	19	14	0.2	-3.7	0.04	13.69
82	17	17	-1.8	-0.7	3.24	0.49
83	23	21	4.2	3.3	17.64	10.89
84	23	21	4.2	3.3	17.64	10.89
85	21	18	2.2	0.3	4.84	0.09
86	22	16	3.2	-1.7	10.24	2.89
87	19	20	0.2	2.3	0.04	5.29
88	16	16	-2.8	-1.7	7.84	2.89
89	20	15	1.2	-2.7	1.44	7.29
90	22	15	3.2	-2.7	10.24	7.29
91	19	12	0.2	-5.7	0.04	32.49

92	17	18	-1.8	0.3	3.24	0.09
93	23	12	4.2	-5.7	17.64	32.49
94	22	16	3.2	-1.7	10.24	2.89
95	18	17	-0.8	-0.7	0.64	0.49
96	23	17	4.2	-0.7	17.64	0.49
97	15	22	-3.8	4.3	14.44	18.49
98	22	12	3.2	-5.7	10.24	32.49
99	15	26	-3.8	8.3	14.44	68.89
100	19	24	0.2	6.3	0.04	39.69
101	23	22	4.2	4.3	17.64	18.49
102	14	13	-4.8	-4.7	23.04	22.09
103	21	11	2.2	-6.7	4.84	44.89
104	25	22	6.2	4.3	38.44	18.49
105	19	17	0.2	-0.7	0.04	0.49
106	12	15	-6.8	-2.7	46.24	7.29
107	22	17	3.2	-0.7	10.24	0.49
108	19	23	0.2	5.3	0.04	28.09
109	16	23	-2.8	5.3	7.84	28.09
110	23	13	4.2	-4.7	17.64	22.09
111	23	10	4.2	-7.7	17.64	59.29
112	15	23	-3.8	5.3	14.44	28.09
113	21	21	2.2	3.3	4.84	10.89
114	24	26	5.2	8.3	27.04	68.89
115	20	25	1.2	7.3	1.44	53.29
116	22	19	3.2	1.3	10.24	1.69
117	22	15	3.2	-2.7	10.24	7.29
118		15		-2.7		7.29
119		14		-3.7		13.69
120		13		-4.7		22.09
121		19		1.3		1.69
122		17		-0.7		0.49
Suma:	2200	2160	0.4	0.6	1526.48	2207.38
Mediile:	18.8	17.7				

T= 2.1

Semnificațiile critice

T _{cr}	
p≤0.05	p≤0.01
1.96	2.58

Tabelul A. 1.2. Semnificațiile diferențelor pentru autoaprecierea voinței între rezultatele preadolescenților de 10 – 12 ani și cele ale preadolescenților de 14 – 15 ani după testul T-student

Nr.	Eșantione		Devianța de la medie		Pătratul devianței	
	B.1	B.2	B.1	B.2	B.1	B.2
1	11	12	-6.85	-7.12	46.9225	50.6944
2	18	16	0.15	-3.12	0.0225	9.7344
3	12	21	-5.85	1.88	34.2225	3.5344
4	16	15	-1.85	-4.12	3.4225	16.9744
5	22	15	4.15	-4.12	17.2225	16.9744

6	15	22	-2.85	2.88	8.1225	8.2944
7	16	18	-1.85	-1.12	3.4225	1.2544
8	20	19	2.15	-0.12	4.6225	0.0144
9	10	12	-7.85	-7.12	61.6225	50.6944
10	10	17	-7.85	-2.12	61.6225	4.4944
11	17	19	-0.85	-0.12	0.7225	0.0144
12	12	23	-5.85	3.88	34.2225	15.0544
13	18	18	0.15	-1.12	0.0225	1.2544
14	20	16	2.15	-3.12	4.6225	9.7344
15	20	19	2.15	-0.12	4.6225	0.0144
16	12	19	-5.85	-0.12	34.2225	0.0144
17	21	17	3.15	-2.12	9.9225	4.4944
18	17	16	-0.85	-3.12	0.7225	9.7344
19	24	23	6.15	3.88	37.8225	15.0544
20	20	23	2.15	3.88	4.6225	15.0544
21	12	17	-5.85	-2.12	34.2225	4.4944
22	16	21	-1.85	1.88	3.4225	3.5344
23	19	22	1.15	2.88	1.3225	8.2944
24	22	17	4.15	-2.12	17.2225	4.4944
25	17	19	-0.85	-0.12	0.7225	0.0144
26	12	16	-5.85	-3.12	34.2225	9.7344
27	17	22	-0.85	2.88	0.7225	8.2944
28	10	20	-7.85	0.88	61.6225	0.7744
29	23	22	5.15	2.88	26.5225	8.2944
30	21	19	3.15	-0.12	9.9225	0.0144
31	20	17	2.15	-2.12	4.6225	4.4944
32	15	23	-2.85	3.88	8.1225	15.0544
33	18	18	0.15	-1.12	0.0225	1.2544
34	14	22	-3.85	2.88	14.8225	8.2944
35	21	18	3.15	-1.12	9.9225	1.2544
36	13	26	-4.85	6.88	23.5225	47.3344
37	27	24	9.15	4.88	83.7225	23.8144
38	10	23	-7.85	3.88	61.6225	15.0544
39	20	22	2.15	2.88	4.6225	8.2944
40	17	13	-0.85	-6.12	0.7225	37.4544
41	16	16	-1.85	-3.12	3.4225	9.7344
42	10	22	-7.85	2.88	61.6225	8.2944
43	12	17	-5.85	-2.12	34.2225	4.4944
44	21	15	3.15	-4.12	9.9225	16.9744
45	12	17	-5.85	-2.12	34.2225	4.4944
46	16	23	-1.85	3.88	3.4225	15.0544
47	18	15	0.15	-4.12	0.0225	16.9744

48	23	22	5.15	2.88	26.5225	8.2944
49	15	15	-2.85	-4.12	8.1225	16.9744
50	20	19	2.15	-0.12	4.6225	0.0144
51	22	23	4.15	3.88	17.2225	15.0544
52	26	14	8.15	-5.12	66.4225	26.2144
53	12	21	-5.85	1.88	34.2225	3.5344
54	20	23	2.15	3.88	4.6225	15.0544
55	24	13	6.15	-6.12	37.8225	37.4544
56	22	10	4.15	-9.12	17.2225	83.1744
57	23	25	5.15	5.88	26.5225	34.5744
58	24	23	6.15	3.88	37.8225	15.0544
59	22	21	4.15	1.88	17.2225	3.5344
60	11	19	-6.85	-0.12	46.9225	0.0144
61	18	12	0.15	-7.12	0.0225	50.6944
62	22	26	4.15	6.88	17.2225	47.3344
63	20	22	2.15	2.88	4.6225	8.2944
64	15	19	-2.85	-0.12	8.1225	0.0144
65	16	25	-1.85	5.88	3.4225	34.5744
66	26	19	8.15	-0.12	66.4225	0.0144
67	14	15	-3.85	-4.12	14.8225	16.9744
68	22	20	4.15	0.88	17.2225	0.7744
69	15	16	-2.85	-3.12	8.1225	9.7344
70	25	23	7.15	3.88	51.1225	15.0544
71	28	23	10.15	3.88	103.0225	15.0544
72	19	15	1.15	-4.12	1.3225	16.9744
73	18	21	0.15	1.88	0.0225	3.5344
74	21	24	3.15	4.88	9.9225	23.8144
75	18	20	0.15	0.88	0.0225	0.7744
76	20	20	2.15	0.88	4.6225	0.7744
77	23	22	5.15	2.88	26.5225	8.2944
78	25	15	7.15	-4.12	51.1225	16.9744
79	19	19	1.15	-0.12	1.3225	0.0144
80	21	22	3.15	2.88	9.9225	8.2944
81	13	17	-4.85	-2.12	23.5225	4.4944
82	23		5.15		26.5225	
83	18		0.15		0.0225	
84	19		1.15		1.3225	
85	17		-0.85		0.7225	
86	23		5.15		26.5225	
87	15		-2.85		8.1225	
88	13		-4.85		23.5225	
89	20		2.15		4.6225	

90	14		-3.85		14.8225	
91	12		-5.85		34.2225	
92	21		3.15		9.9225	
93	15		-2.85		8.1225	
94	15		-2.85		8.1225	
95	14		-3.85		14.8225	
96	15		-2.85		8.1225	
97	18		0.15		0.0225	
98	16		-1.85		3.4225	
99	17		-0.85		0.7225	
Suma:	1767	1549	-0.15	0.28	1882.7275	1060.7664
Mediile:	17.85	19.12				

T = 2.1

Semnificațiile critice

T _{cr}	
p≤0.05	p≤0.01
1.97	2.61

Tabelul A. 1. 3. Semnificațiile diferențelor pentru perseverență între rezultatele preadolescenților și cele ale preadolescentelor după testul T-student

Nr.	Eșantione		Devianța de la medie		Pătratul devianței	
	B.1	B.2	B.1	B.2	B.1	B.2
1	3.5	2.375	0.38	-0.945	0.1444	0.893
2	3.75	2.875	0.63	-0.445	0.3969	0.198
3	2.25	3.75	-0.87	0.43	0.7569	0.1849
4	3.125	2.5	0.0049999999999999	-0.82	0	0.6724
5	2.75	2.625	-0.37	-0.695	0.1369	0.483
6	3.142	4.375	0.022	1.055	0.0005	1.113
7	4	2.875	0.88	-0.445	0.7744	0.198
8	2.625	3.75	-0.495	0.43	0.245	0.1849
9	3.25	3.125	0.13	-0.195	0.0169	0.038
10	2.5	2.25	-0.62	-1.07	0.3844	1.1449
11	2.25	2.5	-0.87	-0.82	0.7569	0.6724
12	3.25	4.25	0.13	0.93	0.0169	0.8649
13	3.375	2.5	0.255	-0.82	0.065	0.6724
14	2.875	3.125	-0.245	-0.195	0.06	0.038
15	3.25	4	0.13	0.68	0.0169	0.4624
16	3.25	3.25	0.13	-0.07	0.0169	0.0049
17	1.625	2	-1.495	-1.32	2.235	1.7424
18	2.75	4.375	-0.37	1.055	0.1369	1.113
19	2.875	2.875	-0.245	-0.445	0.06	0.198
20	1.625	4.375	-1.495	1.055	2.235	1.113

21	1.75	3.875	-1.37	0.555	1.8769	0.308
22	4.375	3.75	1.255	0.43	1.575	0.1849
23	2.5	2.75	-0.62	-0.57	0.3844	0.3249
24	3.625	2.375	0.505	-0.945	0.255	0.893
25	3	3.375	-0.12	0.055	0.0144	0.003
26	4.25	2.75	1.13	-0.57	1.2769	0.3249
27	2.75	3.125	-0.37	-0.195	0.1369	0.038
28	2.625	4.25	-0.495	0.93	0.245	0.8649
29	4.25	2.875	1.13	-0.445	1.2769	0.198
30	3	4.5	-0.12	1.18	0.0144	1.3924
31	3.875	3.375	0.755	0.055	0.57	0.003
32	2.25	3.25	-0.87	-0.07	0.7569	0.0049
33	3.625	3.625	0.505	0.305	0.255	0.093
34	4.5	3.25	1.38	-0.07	1.9044	0.0049
35	3.375	4.25	0.255	0.93	0.065	0.8649
36	4.125	4.125	1.005	0.805	1.01	0.648
37	2.875	3.375	-0.245	0.055	0.06	0.003
38	3.125	3.5	0.0049999999999999	0.18	0	0.0324
39	1.75	4	-1.37	0.68	1.8769	0.4624
40	3.375	4.375	0.255	1.055	0.065	1.113
41	3.875	3.375	0.755	0.055	0.57	0.003
42	3.25	3.625	0.13	0.305	0.0169	0.093
43	2	4	-1.12	0.68	1.2544	0.4624
44	2.5	3.75	-0.62	0.43	0.3844	0.1849
45	2.5	4	-0.62	0.68	0.3844	0.4624
46	2.75	3.125	-0.37	-0.195	0.1369	0.038
47	2.875	2.25	-0.245	-1.07	0.06	1.1449
48	3	2.625	-0.12	-0.695	0.0144	0.483
49	3.25	2.875	0.13	-0.445	0.0169	0.198
50	3.75	3.125	0.63	-0.195	0.3969	0.038
51	3.875	2.75	0.755	-0.57	0.57	0.3249
52	3.125	4.375	0.0049999999999999	1.055	0	1.113
53	3.125	3.125	0.0049999999999999	-0.195	0	0.038
54	3.375	3	0.255	-0.32	0.065	0.1024
55	2.375	3	-0.745	-0.32	0.555	0.1024
56	2	3.875	-1.12	0.555	1.2544	0.308
57	1.75	3.25	-1.37	-0.07	1.8769	0.0049
58	3.625	2.75	0.505	-0.57	0.255	0.3249
59	3	3.625	-0.12	0.305	0.0144	0.093
60	3.5	3.25	0.38	-0.07	0.1444	0.0049
61	3.375	3	0.255	-0.32	0.065	0.1024
62	3.125	2.75	0.0049999999999999	-0.57	0	0.3249

63	3.75	3.75	0.63	0.43	0.3969	0.1849
64	1.75	3	-1.37	-0.32	1.8769	0.1024
65	2.875	3.5	-0.245	0.18	0.06	0.0324
66	3.5	3.875	0.38	0.555	0.1444	0.308
67	3.5	2.875	0.38	-0.445	0.1444	0.198
68	2.375	3.25	-0.745	-0.07	0.555	0.0049
69	3.5	3.625	0.38	0.305	0.1444	0.093
70	3.875	3.5	0.755	0.18	0.57	0.0324
71	2.625	3.375	-0.495	0.055	0.245	0.003
72	3	3.375	-0.12	0.055	0.0144	0.003
73	3.625	3.625	0.505	0.305	0.255	0.093
74	3	3.875	-0.12	0.555	0.0144	0.308
75	2.5	3.125	-0.62	-0.195	0.3844	0.038
76	3.25	3.625	0.13	0.305	0.0169	0.093
77	3.625	3.125	0.505	-0.195	0.255	0.038
78	2.5	2.25	-0.62	-1.07	0.3844	1.1449
79	3	1.87	-0.12	-1.45	0.0144	2.1025
80	3.75	2.375	0.63	-0.945	0.3969	0.893
81	3.625	4.375	0.505	1.055	0.255	1.113
82	3.375	3.875	0.255	0.555	0.065	0.308
83	3.25	2.5	0.13	-0.82	0.0169	0.6724
84	3.375	4.125	0.255	0.805	0.065	0.648
85	3	3.125	-0.12	-0.195	0.0144	0.038
86	2.0	3.25	-1.12	-0.07	1.2544	0.0049
87	2.875	2.75	-0.245	-0.57	0.06	0.3249
88	3.5	2.25	0.38	-1.07	0.1444	1.1449
89	3	3.375	-0.12	0.055	0.0144	0.003
90	3.625	3.25	0.505	-0.07	0.255	0.0049
91	3.25	2.25	0.13	-1.07	0.0169	1.1449
92	3.125	4	0.0049999999999999	0.68	0	0.4624
93	4.5	3.5	1.38	0.18	1.9044	0.0324
94	1.75	2.375	-1.37	-0.945	1.8769	0.893
95	3	3.25	-0.12	-0.07	0.0144	0.0049
96	3.5	3.625	0.38	0.305	0.1444	0.093
97	3	4.875	-0.12	1.555	0.0144	2.418
98	3.25	4	0.13	0.68	0.0169	0.4624
99	3.125	4.375	0.0049999999999999	1.055	0	1.113
100	2.125	3.375	-0.995	0.055	0.99	0.003
101	3.625	3.375	0.505	0.055	0.255	0.003
102	2.375	2.75	-0.745	-0.57	0.555	0.3249
103	4.25	3.125	1.13	-0.195	1.2769	0.038
104	4	4	0.88	0.68	0.7744	0.4624

105	2.625	2.875	-0.495	-0.445	0.245	0.198
106	3.75	2.875	0.63	-0.445	0.3969	0.198
107	3.125	4	0.004999999999999999	0.68	0	0.4624
108	3.5	4	0.38	0.68	0.1444	0.4624
109	3.625	3.625	0.505	0.305	0.255	0.093
110	2.875	2.75	-0.245	-0.57	0.06	0.3249
111	2.375	1.5	-0.745	-1.82	0.555	3.3124
112	3.375	4	0.255	0.68	0.065	0.4624
113	3.625	2.875	0.505	-0.445	0.255	0.198
114	3.875	4.125	0.755	0.805	0.57	0.648
115	3.25	4	0.13	0.68	0.0169	0.4624
116	3.25	2.875	0.13	-0.445	0.0169	0.198
117	3.875	2.625	0.755	-0.695	0.57	0.483
118		3.375		0.055		0.003
119		4		0.68		0.4624
120		3.625		0.305		0.093
121		3.625		0.305		0.093
122		2.75		-0.57		0.3249
Suma:	364.642	405.245	-0.398	0.205	49.1171	51.5732
Mediile:	3.12	3.32				

T = 2.4

Semnificațiile critice

T _{cr}	
p≤0.05	p≤0.01
1.96	2.58

Tabelul A. 1. 4. Semnificațiile diferențelor pentru capacitatea de atingere a scopului, factorul expresivitate între rezultatele preadolescenților de 10 – 12 ani și cele ale preadolescenților de 13 ani după testul T-student

Nr.	Eșantione		Devianța de la medie		Pătratul devianței	
	B.1	B.2	B.1	B.2	B.1	B.2
1	24	20	0.74	-1.61	0.5476	2.5921
2	27	28	3.74	6.39	13.9876	40.8321
3	25	17	1.74	-4.61	3.0276	21.2521
4	27	24	3.74	2.39	13.9876	5.7121
5	33	17	9.74	-4.61	94.8676	21.2521
6	10	28	-13.26	6.39	175.8276	40.8321
7	23	23	-0.26	1.39	0.0676	1.9321
8	21	21	-2.26	-0.61	5.1076	0.3721
9	22	19	-1.26	-2.61	1.5876	6.8121
10	20	16	-3.26	-5.61	10.6276	31.4721
11	17	31	-6.26	9.39	39.1876	88.1721

12	21	16	-2.26	-5.61	5.1076	31.4721
13	31	27	7.74	5.39	59.9076	29.0521
14	21	19	-2.26	-2.61	5.1076	6.8121
15	30	19	6.74	-2.61	45.4276	6.8121
16	18	21	-5.26	-0.61	27.6676	0.3721
17	21	20	-2.26	-1.61	5.1076	2.5921
18	31	17	7.74	-4.61	59.9076	21.2521
19	9	30	-14.26	8.39	203.3476	70.3921
20	24	20	0.74	-1.61	0.5476	2.5921
21	33	15	9.74	-6.61	94.8676	43.6921
22	22	22	-1.26	0.39	1.5876	0.1521
23	21	27	-2.26	5.39	5.1076	29.0521
24	33	27	9.74	5.39	94.8676	29.0521
25	26	29	2.74	7.39	7.5076	54.6121
26	24	18	0.74	-3.61	0.5476	13.0321
27	18	23	-5.26	1.39	27.6676	1.9321
28	15	21	-8.26	-0.61	68.2276	0.3721
29	27	9	3.74	-12.61	13.9876	159.0121
30	23	21	-0.26	-0.61	0.0676	0.3721
31	20	18	-3.26	-3.61	10.6276	13.0321
32	24	22	0.74	0.39	0.5476	0.1521
33	20	16	-3.26	-5.61	10.6276	31.4721
34	23	21	-0.26	-0.61	0.0676	0.3721
35	22	19	-1.26	-2.61	1.5876	6.8121
36	23	21	-0.26	-0.61	0.0676	0.3721
37	22	27	-1.26	5.39	1.5876	29.0521
38	16	32	-7.26	10.39	52.7076	107.9521
39	23	19	-0.26	-2.61	0.0676	6.8121
40	28	21	4.74	-0.61	22.4676	0.3721
41	22	23	-1.26	1.39	1.5876	1.9321
42	22	22	-1.26	0.39	1.5876	0.1521
43	23	20	-0.26	-1.61	0.0676	2.5921
44	25	22	1.74	0.39	3.0276	0.1521
45	21	24	-2.26	2.39	5.1076	5.7121
46	25	22	1.74	0.39	3.0276	0.1521
47	23	24	-0.26	2.39	0.0676	5.7121
48	23	20	-0.26	-1.61	0.0676	2.5921
49	23	24	-0.26	2.39	0.0676	5.7121
50	21	20	-2.26	-1.61	5.1076	2.5921
51	27	19	3.74	-2.61	13.9876	6.8121
52	24	17	0.74	-4.61	0.5476	21.2521
53	22	18	-1.26	-3.61	1.5876	13.0321

54	23	23	-0.26	1.39	0.0676	1.9321
55	25	22	1.74	0.39	3.0276	0.1521
56	17	28	-6.26	6.39	39.1876	40.8321
57	22	17	-1.26	-4.61	1.5876	21.2521
58	26	25	2.74	3.39	7.5076	11.4921
59	28	24	4.74	2.39	22.4676	5.7121
60	28		4.74		22.4676	
61	35		11.74		137.8276	
62	23		-0.26		0.0676	
63	22		-1.26		1.5876	
64	20		-3.26		10.6276	
65	21		-2.26		5.1076	
66	23		-0.26		0.0676	
67	24		0.74		0.5476	
68	19		-4.26		18.1476	
69	23		-0.26		0.0676	
70	22		-1.26		1.5876	
71	28		4.74		22.4676	
72	27		3.74		13.9876	
73	24		0.74		0.5476	
74	22		-1.26		1.5876	
75	19		-4.26		18.1476	
76	28		4.74		22.4676	
77	24		0.74		0.5476	
78	25		1.74		3.0276	
79	20		-3.26		10.6276	
80	27		3.74		13.9876	
81	22		-1.26		1.5876	
82	20		-3.26		10.6276	
83	28		4.74		22.4676	
84	31		7.74		59.9076	
85	19		-4.26		18.1476	
86	25		1.74		3.0276	
87	24		0.74		0.5476	
88	23		-0.26		0.0676	
89	21		-2.26		5.1076	
90	11		-12.26		150.3076	
91	25		1.74		3.0276	
92	21		-2.26		5.1076	
93	28		4.74		22.4676	
94	24		0.74		0.5476	
95	19		-4.26		18.1476	

96	27		3.74		13.9876	
97	21		-2.26		5.1076	
98	24		0.74		0.5476	
99	26		2.74		7.5076	
Suma:	2303	1275	0.26	0.01	1949.1724	1110.0339
Mediile:	23.26	21.61				

T = 2.3

Semnificațiile critice

T _{cr}	
p≤0.05	p≤0.01
1.97	2.61

Tabelul A. 1.5. Semnificațiile diferențelor pentru perseverență și fermitate, factorul expresivitate între rezultatele preadolescenților de 10 – 12 ani și cele ale preadolescenților de 13 ani după testul T-student

Nr.	Eșantione		Devianța de la medie		Pătratul devianței	
	B.1	B.2	B.1	B.2	B.1	B.2
1	22	20	-0.81	-1.51	0.6561	2.2801
2	21	26	-1.81	4.49	3.2761	20.1601
3	30	23	7.19	1.49	51.6961	2.2201
4	21	21	-1.81	-0.51	3.2761	0.2601
5	33	23	10.19	1.49	103.8361	2.2201
6	15	24	-7.81	2.49	60.9961	6.2001
7	23	24	0.19	2.49	0.0361	6.2001
8	20	20	-2.81	-1.51	7.8961	2.2801
9	17	24	-5.81	2.49	33.7561	6.2001
10	22	18	-0.81	-3.51	0.6561	12.3201
11	19	18	-3.81	-3.51	14.5161	12.3201
12	30	16	7.19	-5.51	51.6961	30.3601
13	27	24	4.19	2.49	17.5561	6.2001
14	17	18	-5.81	-3.51	33.7561	12.3201
15	29	20	6.19	-1.51	38.3161	2.2801
16	19	20	-3.81	-1.51	14.5161	2.2801
17	20	20	-2.81	-1.51	7.8961	2.2801
18	29	18	6.19	-3.51	38.3161	12.3201
19	24	20	1.19	-1.51	1.4161	2.2801
20	31	21	8.19	-0.51	67.0761	0.2601
21	23	13	0.19	-8.51	0.0361	72.4201
22	19	17	-3.81	-4.51	14.5161	20.3401
23	24	20	1.19	-1.51	1.4161	2.2801
24	28	23	5.19	1.49	26.9361	2.2201
25	24	28	1.19	6.49	1.4161	42.1201
26	17	21	-5.81	-0.51	33.7561	0.2601
27	30	24	7.19	2.49	51.6961	6.2001
28	19	21	-3.81	-0.51	14.5161	0.2601
29	22	22	-0.81	0.49	0.6561	0.2401
30	24	24	1.19	2.49	1.4161	6.2001

31	22	21	-0.81	-0.51	0.6561	0.2601
32	22	21	-0.81	-0.51	0.6561	0.2601
33	22	26	-0.81	4.49	0.6561	20.1601
34	21	21	-1.81	-0.51	3.2761	0.2601
35	19	20	-3.81	-1.51	14.5161	2.2801
36	18	17	-4.81	-4.51	23.1361	20.3401
37	26	20	3.19	-1.51	10.1761	2.2801
38	18	27	-4.81	5.49	23.1361	30.1401
39	23	25	0.19	3.49	0.0361	12.1801
40	31	18	8.19	-3.51	67.0761	12.3201
41	15	15	-7.81	-6.51	60.9961	42.3801
42	20	19	-2.81	-2.51	7.8961	6.3001
43	27	25	4.19	3.49	17.5561	12.1801
44	26	22	3.19	0.49	10.1761	0.2401
45	18	23	-4.81	1.49	23.1361	2.2201
46	21	25	-1.81	3.49	3.2761	12.1801
47	19	22	-3.81	0.49	14.5161	0.2401
48	22	24	-0.81	2.49	0.6561	6.2001
49	24	16	1.19	-5.51	1.4161	30.3601
50	19	26	-3.81	4.49	14.5161	20.1601
51	25	21	2.19	-0.51	4.7961	0.2601
52	20	28	-2.81	6.49	7.8961	42.1201
53	23	22	0.19	0.49	0.0361	0.2401
54	17	24	-5.81	2.49	33.7561	6.2001
55	30	20	7.19	-1.51	51.6961	2.2801
56	19	22	-3.81	0.49	14.5161	0.2401
57	26	25	3.19	3.49	10.1761	12.1801
58	28	20	5.19	-1.51	26.9361	2.2801
59	25	23	2.19	1.49	4.7961	2.2201
60	23		0.19		0.0361	
61	20		-2.81		7.8961	
62	20		-2.81		7.8961	
63	20		-2.81		7.8961	
64	16		-6.81		46.3761	
65	22		-0.81		0.6561	
66	26		3.19		10.1761	
67	24		1.19		1.4161	
68	24		1.19		1.4161	
69	23		0.19		0.0361	
70	25		2.19		4.7961	
71	20		-2.81		7.8961	
72	31		8.19		67.0761	
73	19		-3.81		14.5161	
74	24		1.19		1.4161	
75	21		-1.81		3.2761	
76	24		1.19		1.4161	
77	27		4.19		17.5561	
78	24		1.19		1.4161	

79	24		1.19		1.4161	
80	20		-2.81		7.8961	
81	15		-7.81		60.9961	
82	24		1.19		1.4161	
83	25		2.19		4.7961	
84	28		5.19		26.9361	
85	20		-2.81		7.8961	
86	23		0.19		0.0361	
87	20		-2.81		7.8961	
88	22		-0.81		0.6561	
89	27		4.19		17.5561	
90	17		-5.81		33.7561	
91	30		7.19		51.6961	
92	27		4.19		17.5561	
93	22		-0.81		0.6561	
94	23		0.19		0.0361	
95	24		1.19		1.4161	
96	22		-0.81		0.6561	
97	22		-0.81		0.6561	
98	19		-3.81		14.5161	
99	26		3.19		10.1761	
Suma:	2258	1269	-0.19	-0.09	1621.353	596.7459
Mediile:	22.81	21.51				

T = 2.1

Semnificațiile critice

T _{cr}	
p≤0.05	p≤0.01
1.97	2.61

Tabelul A. 1.6. Semnificațiile diferențelor pentru perseverență și fermitate factorul generalizare între rezultatele preadolescenților de 10 – 12 ani și cele ale preadolescenților de 13 ani după testul T-student

Nr.	Eșantione		Devianța de la medie		Pătratul devianței	
	B.1	B.2	B.1	B.2	B.1	B.2
1	25	23	-0.0100000000000002	-0.47	0.0001	0.2209
2	23	23	-2.01	-0.47	4.0401	0.2209
3	34	20	8.99	-3.47	80.8201	12.0409
4	27	22	1.99	-1.47	3.9601	2.1609
5	29	25	3.99	1.53	15.9201	2.3409
6	17	30	-8.01	6.53	64.1601	42.6409
7	27	27	1.99	3.53	3.9601	12.4609
8	22	24	-3.01	0.53	9.0601	0.2809
9	30	22	4.99	-1.47	24.9001	2.1609
10	25	14	-0.0100000000000002	-9.47	0.0001	89.6809
11	31	26	5.99	2.53	35.8801	6.4009
12	20	15	-5.01	-8.47	25.1001	71.7409
13	33	14	7.99	-9.47	63.8401	89.6809
14	26	18	0.99	-5.47	0.9801	29.9209
15	29	19	3.99	-4.47	15.9201	19.9809

16	19	23	-6.01	-0.47	36.1201	0.2209
17	21	21	-4.01	-2.47	16.0801	6.1009
18	29	20	3.99	-3.47	15.9201	12.0409
19	23	25	-2.01	1.53	4.0401	2.3409
20	27	23	1.99	-0.47	3.9601	0.2209
21	23	20	-2.01	-3.47	4.0401	12.0409
22	19	19	-6.01	-4.47	36.1201	19.9809
23	20	22	-5.01	-1.47	25.1001	2.1609
24	26	23	0.99	-0.47	0.9801	0.2209
25	24	24	-1.01	0.53	1.0201	0.2809
26	22	22	-3.01	-1.47	9.0601	2.1609
27	22	21	-3.01	-2.47	9.0601	6.1009
28	21	26	-4.01	2.53	16.0801	6.4009
29	24	31	-1.01	7.53	1.0201	56.7009
30	30	26	4.99	2.53	24.9001	6.4009
31	25	21	-0.0100000000000002	-2.47	0.0001	6.1009
32	23	27	-2.01	3.53	4.0401	12.4609
33	28	25	2.99	1.53	8.9401	2.3409
34	24	33	-1.01	9.53	1.0201	90.8209
35	26	21	0.99	-2.47	0.9801	6.1009
36	25	25	-0.0100000000000002	1.53	0.0001	2.3409
37	29	24	3.99	0.53	15.9201	0.2809
38	17	28	-8.01	4.53	64.1601	20.5209
39	28	23	2.99	-0.47	8.9401	0.2209
40	27	16	1.99	-7.47	3.9601	55.8009
41	26	21	0.99	-2.47	0.9801	6.1009
42	27	20	1.99	-3.47	3.9601	12.0409
43	29	28	3.99	4.53	15.9201	20.5209
44	29	21	3.99	-2.47	15.9201	6.1009
45	21	25	-4.01	1.53	16.0801	2.3409
46	20	26	-5.01	2.53	25.1001	6.4009
47	20	20	-5.01	-3.47	25.1001	12.0409
48	23	25	-2.01	1.53	4.0401	2.3409
49	26	27	0.99	3.53	0.9801	12.4609
50	22	25	-3.01	1.53	9.0601	2.3409
51	25	20	-0.0100000000000002	-3.47	0.0001	12.0409
52	21	24	-4.01	0.53	16.0801	0.2809
53	18	19	-7.01	-4.47	49.1401	19.9809
54	22	32	-3.01	8.53	9.0601	72.7609
55	31	26	5.99	2.53	35.8801	6.4009
56	24	25	-1.01	1.53	1.0201	2.3409
57	26	34	0.99	10.53	0.9801	110.8809
58	25	27	-0.0100000000000002	3.53	0.0001	12.4609
59	27	29	1.99	5.53	3.9601	30.5809
60	33		7.99		63.8401	
61	34		8.99		80.8201	
62	23		-2.01		4.0401	
63	26		0.99		0.9801	

64	33		7.99		63.8401	
65	25		-0.0100000000000002		0.0001	
66	32		6.99		48.8601	
67	31		5.99		35.8801	
68	22		-3.01		9.0601	
69	25		-0.0100000000000002		0.0001	
70	28		2.99		8.9401	
71	28		2.99		8.9401	
72	22		-3.01		9.0601	
73	20		-5.01		25.1001	
74	21		-4.01		16.0801	
75	27		1.99		3.9601	
76	23		-2.01		4.0401	
77	30		4.99		24.9001	
78	22		-3.01		9.0601	
79	26		0.99		0.9801	
80	25		-0.0100000000000002		0.0001	
81	18		-7.01		49.1401	
82	23		-2.01		4.0401	
83	29		3.99		15.9201	
84	31		5.99		35.8801	
85	25		-0.0100000000000002		0.0001	
86	22		-3.01		9.0601	
87	21		-4.01		16.0801	
88	25		-0.0100000000000002		0.0001	
89	26		0.99		0.9801	
90	19		-6.01		36.1201	
91	23		-2.01		4.0401	
92	28		2.99		8.9401	
93	23		-2.01		4.0401	
94	25		-0.0100000000000002		0.0001	
95	20		-5.01		25.1001	
96	24		-1.01		1.0201	
97	33		7.99		63.8401	
98	22		-3.01		9.0601	
99	21		-4.01		16.0801	
Suma:	2476	1385	0.01	0.27	1610.9899	1062.7131
Mediile:	25.01	23.47				

T= 2.3

Semnificațiile critice

T _{cr}	
p≤0.05	p≤0.01
1.97	2.61

Tabelul A. 1.7. Semnificațiile diferențelor pentru inițiativă și independență, factorul expresivitate între rezultatele preadolescenților de 10 – 12 ani și cele ale preadolescenților de 13 ani după testul T-student

Nr.	Eșantione		Devianța de la medie		Pătratul devianței	
	B.1	B.2	B.1	B.2	B.1	B.2

1	24	22	-0.12	-0.73	0.0144	0.5329
2	26	28	1.88	5.27	3.5344	27.7729
3	18	16	-6.12	-6.73	37.4544	45.2929
4	15	18	-9.12	-4.73	83.1744	22.3729
5	27	20	2.88	-2.73	8.2944	7.4529
6	19	21	-5.12	-1.73	26.2144	2.9929
7	30	23	5.88	0.27	34.5744	0.0729
8	23	23	-1.12	0.27	1.2544	0.0729
9	26	20	1.88	-2.73	3.5344	7.4529
10	27	18	2.88	-4.73	8.2944	22.3729
11	21	26	-3.12	3.27	9.7344	10.6929
12	23	27	-1.12	4.27	1.2544	18.2329
13	29	23	4.88	0.27	23.8144	0.0729
14	17	19	-7.12	-3.73	50.6944	13.9129
15	31	18	6.88	-4.73	47.3344	22.3729
16	23	24	-1.12	1.27	1.2544	1.6129
17	19	18	-5.12	-4.73	26.2144	22.3729
18	29	22	4.88	-0.73	23.8144	0.5329
19	27	22	2.88	-0.73	8.2944	0.5329
20	27	20	2.88	-2.73	8.2944	7.4529
21	19	21	-5.12	-1.73	26.2144	2.9929
22	21	20	-3.12	-2.73	9.7344	7.4529
23	30	23	5.88	0.27	34.5744	0.0729
24	34	25	9.88	2.27	97.6144	5.1529
25	28	23	3.88	0.27	15.0544	0.0729
26	20	20	-4.12	-2.73	16.9744	7.4529
27	20	28	-4.12	5.27	16.9744	27.7729
28	13	21	-11.12	-1.73	123.6544	2.9929
29	31	32	6.88	9.27	47.3344	85.9329
30	26	18	1.88	-4.73	3.5344	22.3729
31	28	21	3.88	-1.73	15.0544	2.9929
32	20	22	-4.12	-0.73	16.9744	0.5329
33	23	19	-1.12	-3.73	1.2544	13.9129
34	25	28	0.88	5.27	0.7744	27.7729
35	26	22	1.88	-0.73	3.5344	0.5329
36	18	24	-6.12	1.27	37.4544	1.6129
37	26	22	1.88	-0.73	3.5344	0.5329
38	20	30	-4.12	7.27	16.9744	52.8529
39	31	28	6.88	5.27	47.3344	27.7729
40	25	20	0.88	-2.73	0.7744	7.4529
41	20	27	-4.12	4.27	16.9744	18.2329
42	24	20	-0.12	-2.73	0.0144	7.4529
43	26	30	1.88	7.27	3.5344	52.8529
44	29	20	4.88	-2.73	23.8144	7.4529
45	19	27	-5.12	4.27	26.2144	18.2329
46	19	26	-5.12	3.27	26.2144	10.6929
47	28	19	3.88	-3.73	15.0544	13.9129
48	18	21	-6.12	-1.73	37.4544	2.9929

49	31	16	6.88	-6.73	47.3344	45.2929
50	22	25	-2.12	2.27	4.4944	5.1529
51	28	24	3.88	1.27	15.0544	1.6129
52	22	17	-2.12	-5.73	4.4944	32.8329
53	19	19	-5.12	-3.73	26.2144	13.9129
54	21	30	-3.12	7.27	9.7344	52.8529
55	31	21	6.88	-1.73	47.3344	2.9929
56	29	18	4.88	-4.73	23.8144	22.3729
57	28	30	3.88	7.27	15.0544	52.8529
58	20	25	-4.12	2.27	16.9744	5.1529
59	25	31	0.88	8.27	0.7744	68.3929
60	24		-0.12		0.0144	
61	23		-1.12		1.2544	
62	32		7.88		62.0944	
63	18		-6.12		37.4544	
64	21		-3.12		9.7344	
65	19		-5.12		26.2144	
66	26		1.88		3.5344	
67	24		-0.12		0.0144	
68	23		-1.12		1.2544	
69	22		-2.12		4.4944	
70	26		1.88		3.5344	
71	28		3.88		15.0544	
72	30		5.88		34.5744	
73	23		-1.12		1.2544	
74	23		-1.12		1.2544	
75	23		-1.12		1.2544	
76	22		-2.12		4.4944	
77	27		2.88		8.2944	
78	24		-0.12		0.0144	
79	25		0.88		0.7744	
80	22		-2.12		4.4944	
81	24		-0.12		0.0144	
82	26		1.88		3.5344	
83	29		4.88		23.8144	
84	29		4.88		23.8144	
85	23		-1.12		1.2544	
86	23		-1.12		1.2544	
87	26		1.88		3.5344	
88	26		1.88		3.5344	
89	29		4.88		23.8144	
90	13		-11.12		123.6544	
91	21		-3.12		9.7344	
92	30		5.88		34.5744	
93	25		0.88		0.7744	
94	24		-0.12		0.0144	
95	19		-5.12		26.2144	
96	20		-4.12		16.9744	

97	26		1.88		3.5344	
98	18		-6.12		37.4544	
99	28		3.88		15.0544	
Suma:	2388	1341	0.12	-0.07	1876.545	967.6611
Mediile:	24.12	22.73				

T=2

Semnificațiile critice

T cr	
p≤0.05	p≤0.01
1.97	2.61

Tabelul A. 1.8. Semnificațiile diferențelor pentru inițiativă și independență, factorul expresivitate între rezultatele preadolescenților de 10 – 12 ani și cele ale preadolescenților de 14 – 15 ani după testul T-student

Nr.	Eșantione		Devianța de la medie		Pătratul devianței	
	B.1	B.2	B.1	B.2	B.1	B.2
1	24	24	-0.12	1.38	0.0144	1.9044
2	26	26	1.88	3.38	3.5344	11.4244
3	18	24	-6.12	1.38	37.4544	1.9044
4	15	23	-9.12	0.38	83.1744	0.1444
5	27	24	2.88	1.38	8.2944	1.9044
6	19	20	-5.12	-2.62	26.2144	6.8644
7	30	28	5.88	5.38	34.5744	28.9444
8	23	24	-1.12	1.38	1.2544	1.9044
9	26	27	1.88	4.38	3.5344	19.1844
10	27	20	2.88	-2.62	8.2944	6.8644
11	21	20	-3.12	-2.62	9.7344	6.8644
12	23	25	-1.12	2.38	1.2544	5.6644
13	29	14	4.88	-8.62	23.8144	74.3044
14	17	17	-7.12	-5.62	50.6944	31.5844
15	31	19	6.88	-3.62	47.3344	13.1044
16	23	27	-1.12	4.38	1.2544	19.1844
17	19	25	-5.12	2.38	26.2144	5.6644
18	29	24	4.88	1.38	23.8144	1.9044
19	27	18	2.88	-4.62	8.2944	21.3444
20	27	20	2.88	-2.62	8.2944	6.8644
21	19	20	-5.12	-2.62	26.2144	6.8644
22	21	28	-3.12	5.38	9.7344	28.9444
23	30	22	5.88	-0.62	34.5744	0.3844
24	34	25	9.88	2.38	97.6144	5.6644
25	28	23	3.88	0.38	15.0544	0.1444
26	20	23	-4.12	0.38	16.9744	0.1444
27	20	22	-4.12	-0.62	16.9744	0.3844
28	13	21	-11.12	-1.62	123.6544	2.6244
29	31	21	6.88	-1.62	47.3344	2.6244
30	26	27	1.88	4.38	3.5344	19.1844
31	28	26	3.88	3.38	15.0544	11.4244
32	20	23	-4.12	0.38	16.9744	0.1444
33	23	22	-1.12	-0.62	1.2544	0.3844

34	25	24	0.88	1.38	0.7744	1.9044
35	26	25	1.88	2.38	3.5344	5.6644
36	18	27	-6.12	4.38	37.4544	19.1844
37	26	26	1.88	3.38	3.5344	11.4244
38	20	20	-4.12	-2.62	16.9744	6.8644
39	31	21	6.88	-1.62	47.3344	2.6244
40	25	21	0.88	-1.62	0.7744	2.6244
41	20	22	-4.12	-0.62	16.9744	0.3844
42	24	19	-0.12	-3.62	0.0144	13.1044
43	26	24	1.88	1.38	3.5344	1.9044
44	29	16	4.88	-6.62	23.8144	43.8244
45	19	27	-5.12	4.38	26.2144	19.1844
46	19	31	-5.12	8.38	26.2144	70.2244
47	28	20	3.88	-2.62	15.0544	6.8644
48	18	25	-6.12	2.38	37.4544	5.6644
49	31	19	6.88	-3.62	47.3344	13.1044
50	22	22	-2.12	-0.62	4.4944	0.3844
51	28	18	3.88	-4.62	15.0544	21.3444
52	22	23	-2.12	0.38	4.4944	0.1444
53	19	23	-5.12	0.38	26.2144	0.1444
54	21	28	-3.12	5.38	9.7344	28.9444
55	31	23	6.88	0.38	47.3344	0.1444
56	29	32	4.88	9.38	23.8144	87.9844
57	28	19	3.88	-3.62	15.0544	13.1044
58	20	18	-4.12	-4.62	16.9744	21.3444
59	25	29	0.88	6.38	0.7744	40.7044
60	24	12	-0.12	-10.62	0.0144	112.7844
61	23	20	-1.12	-2.62	1.2544	6.8644
62	32	22	7.88	-0.62	62.0944	0.3844
63	18	22	-6.12	-0.62	37.4544	0.3844
64	21	19	-3.12	-3.62	9.7344	13.1044
65	19	20	-5.12	-2.62	26.2144	6.8644
66	26	25	1.88	2.38	3.5344	5.6644
67	24	21	-0.12	-1.62	0.0144	2.6244
68	23	16	-1.12	-6.62	1.2544	43.8244
69	22	23	-2.12	0.38	4.4944	0.1444
70	26	26	1.88	3.38	3.5344	11.4244
71	28	24	3.88	1.38	15.0544	1.9044
72	30	14	5.88	-8.62	34.5744	74.3044
73	23	21	-1.12	-1.62	1.2544	2.6244
74	23	29	-1.12	6.38	1.2544	40.7044
75	23	15	-1.12	-7.62	1.2544	58.0644
76	22	29	-2.12	6.38	4.4944	40.7044
77	27	25	2.88	2.38	8.2944	5.6644
78	24	21	-0.12	-1.62	0.0144	2.6244
79	25	25	0.88	2.38	0.7744	5.6644
80	22	23	-2.12	0.38	4.4944	0.1444
81	24	26	-0.12	3.38	0.0144	11.4244

82	26		1.88		3.5344	
83	29		4.88		23.8144	
84	29		4.88		23.8144	
85	23		-1.12		1.2544	
86	23		-1.12		1.2544	
87	26		1.88		3.5344	
88	26		1.88		3.5344	
89	29		4.88		23.8144	
90	13		-11.12		123.6544	
91	21		-3.12		9.7344	
92	30		5.88		34.5744	
93	25		0.88		0.7744	
94	24		-0.12		0.0144	
95	19		-5.12		26.2144	
96	20		-4.12		16.9744	
97	26		1.88		3.5344	
98	18		-6.12		37.4544	
99	28		3.88		15.0544	
Suma:	2388	1832	0.12	-0.22	1876.545	1233.1364
Mediile:	24.12	22.62				

T = 2.4

Semnificațiile critice

T cr	
p≤0.05	p≤0.01
1.97	2.61

Tabelul A. 1.9. Semnificațiile diferențelor pentru autocontrol și anduranță, factorul expresivitate între rezultatele preadolescenților de 10 – 12 ani și cele ale preadolescenților de 14 – 15 ani după testul T-student

№	Eșantione		Devianța de la medie		Pătratul devianței	
	B.1	B.2	B.1	B.2	B.1	B.2
1	26	20	3.07	-0.88	9.4249	0.7744
2	24	24	1.07	3.12	1.1449	9.7344
3	20	24	-2.93	3.12	8.5849	9.7344
4	18	16	-4.93	-4.88	24.3049	23.8144
5	19	19	-3.93	-1.88	15.4449	3.5344
6	17	15	-5.93	-5.88	35.1649	34.5744
7	28	25	5.07	4.12	25.7049	16.9744
8	21	20	-1.93	-0.88	3.7249	0.7744
9	28	17	5.07	-3.88	25.7049	15.0544
10	21	18	-1.93	-2.88	3.7249	8.2944
11	23	21	0.07	0.12	0.0049	0.0144
12	24	25	1.07	4.12	1.1449	16.9744
13	32	24	9.07	3.12	82.2649	9.7344
14	23	24	0.07	3.12	0.0049	9.7344
15	28	18	5.07	-2.88	25.7049	8.2944
16	21	22	-1.93	1.12	3.7249	1.2544
17	23	19	0.07	-1.88	0.0049	3.5344
18	25	19	2.07	-1.88	4.2849	3.5344

19	16	24	-6.93	3.12	48.0249	9.7344
20	20	15	-2.93	-5.88	8.5849	34.5744
21	18	21	-4.93	0.12	24.3049	0.0144
22	16	27	-6.93	6.12	48.0249	37.4544
23	24	21	1.07	0.12	1.1449	0.0144
24	27	20	4.07	-0.88	16.5649	0.7744
25	24	19	1.07	-1.88	1.1449	3.5344
26	24	21	1.07	0.12	1.1449	0.0144
27	20	24	-2.93	3.12	8.5849	9.7344
28	24	22	1.07	1.12	1.1449	1.2544
29	27	21	4.07	0.12	16.5649	0.0144
30	24	24	1.07	3.12	1.1449	9.7344
31	23	24	0.07	3.12	0.0049	9.7344
32	19	20	-3.93	-0.88	15.4449	0.7744
33	22	23	-0.93	2.12	0.8649	4.4944
34	23	13	0.07	-7.88	0.0049	62.0944
35	14	22	-8.93	1.12	79.7449	1.2544
36	25	19	2.07	-1.88	4.2849	3.5344
37	20	21	-2.93	0.12	8.5849	0.0144
38	19	24	-3.93	3.12	15.4449	9.7344
39	26	19	3.07	-1.88	9.4249	3.5344
40	18	24	-4.93	3.12	24.3049	9.7344
41	20	20	-2.93	-0.88	8.5849	0.7744
42	24	17	1.07	-3.88	1.1449	15.0544
43	28	26	5.07	5.12	25.7049	26.2144
44	27	19	4.07	-1.88	16.5649	3.5344
45	18	20	-4.93	-0.88	24.3049	0.7744
46	26	20	3.07	-0.88	9.4249	0.7744
47	14	18	-8.93	-2.88	79.7449	8.2944
48	25	23	2.07	2.12	4.2849	4.4944
49	26	24	3.07	3.12	9.4249	9.7344
50	28	29	5.07	8.12	25.7049	65.9344
51	27	19	4.07	-1.88	16.5649	3.5344
52	19	21	-3.93	0.12	15.4449	0.0144
53	26	24	3.07	3.12	9.4249	9.7344
54	16	20	-6.93	-0.88	48.0249	0.7744
55	21	20	-1.93	-0.88	3.7249	0.7744
56	14	23	-8.93	2.12	79.7449	4.4944
57	25	15	2.07	-5.88	4.2849	34.5744
58	24	18	1.07	-2.88	1.1449	8.2944
59	31	13	8.07	-7.88	65.1249	62.0944
60	21	16	-1.93	-4.88	3.7249	23.8144
61	33	20	10.07	-0.88	101.4049	0.7744
62	29	19	6.07	-1.88	36.8449	3.5344
63	20	21	-2.93	0.12	8.5849	0.0144
64	17	19	-5.93	-1.88	35.1649	3.5344
65	19	32	-3.93	11.12	15.4449	123.6544
66	26	21	3.07	0.12	9.4249	0.0144

67	30	19	7.07	-1.88	49.9849	3.5344
68	23	19	0.07	-1.88	0.0049	3.5344
69	17	30	-5.93	9.12	35.1649	83.1744
70	27	23	4.07	2.12	16.5649	4.4944
71	36	25	13.07	4.12	170.8249	16.9744
72	26	22	3.07	1.12	9.4249	1.2544
73	26	19	3.07	-1.88	9.4249	3.5344
74	20	21	-2.93	0.12	8.5849	0.0144
75	22	19	-0.93	-1.88	0.8649	3.5344
76	24	21	1.07	0.12	1.1449	0.0144
77	19	16	-3.93	-4.88	15.4449	23.8144
78	23	21	0.07	0.12	0.0049	0.0144
79	19	17	-3.93	-3.88	15.4449	15.0544
80	24	22	1.07	1.12	1.1449	1.2544
81	21	22	-1.93	1.12	3.7249	1.2544
82	34		11.07		122.5449	
83	27		4.07		16.5649	
84	32		9.07		82.2649	
85	16		-6.93		48.0249	
86	22		-0.93		0.8649	
87	20		-2.93		8.5849	
88	26		3.07		9.4249	
89	18		-4.93		24.3049	
90	23		0.07		0.0049	
91	18		-4.93		24.3049	
92	22		-0.93		0.8649	
93	25		2.07		4.2849	
94	22		-0.93		0.8649	
95	25		2.07		4.2849	
96	21		-1.93		3.7249	
97	26		3.07		9.4249	
98	19		-3.93		15.4449	
99	19		-3.93		15.4449	
Suma:	2270	1691	-0.07	-0.28	1992.505	964.7664
Mediile:	22.93	20.88				

T= 3.4

Semnificațiile critice

T _{cr}	
p≤0.05	p≤0.01
1.97	2.61

Tabelul A. 1.10. Semnificațiile diferențelor pentru autocontrol și anduranță, factorul generalizare între rezultatele preadolescenților de 10 – 12 ani și cele ale preadolescenților de 14 – 15 ani după testul T-student

Nr.	Eșantione		Devianța de la medie		Pătratul devianței	
	B.1	B.2	B.1	B.2	B.1	B.2
1	29	21	4.95	-1.36	24.5025	1.8496
2	17	23	-7.05	0.64	49.7025	0.4096
3	23	27	-1.05	4.64	1.1025	21.5296

4	25	19	0.95	-3.36	0.9025	11.2896
5	27	14	2.95	-8.36	8.7025	69.8896
6	24	24	-0.0500000000000001	1.64	0.0025	2.6896
7	27	31	2.95	8.64	8.7025	74.6496
8	19	24	-5.05	1.64	25.5025	2.6896
9	27	20	2.95	-2.36	8.7025	5.5696
10	21	25	-3.05	2.64	9.3025	6.9696
11	23	20	-1.05	-2.36	1.1025	5.5696
12	27	24	2.95	1.64	8.7025	2.6896
13	30	21	5.95	-1.36	35.4025	1.8496
14	19	24	-5.05	1.64	25.5025	2.6896
15	28	12	3.95	-10.36	15.6025	107.3296
16	22	25	-2.05	2.64	4.2025	6.9696
17	20	20	-4.05	-2.36	16.4025	5.5696
18	30	19	5.95	-3.36	35.4025	11.2896
19	14	26	-10.05	3.64	101.0025	13.2496
20	26	18	1.95	-4.36	3.8025	19.0096
21	19	20	-5.05	-2.36	25.5025	5.5696
22	22	27	-2.05	4.64	4.2025	21.5296
23	20	24	-4.05	1.64	16.4025	2.6896
24	26	19	1.95	-3.36	3.8025	11.2896
25	18	27	-6.05	4.64	36.6025	21.5296
26	21	22	-3.05	-0.36	9.3025	0.1296
27	26	22	1.95	-0.36	3.8025	0.1296
28	19	21	-5.05	-1.36	25.5025	1.8496
29	27	22	2.95	-0.36	8.7025	0.1296
30	25	29	0.95	6.64	0.9025	44.0896
31	29	25	4.95	2.64	24.5025	6.9696
32	25	22	0.95	-0.36	0.9025	0.1296
33	19	21	-5.05	-1.36	25.5025	1.8496
34	25	22	0.95	-0.36	0.9025	0.1296
35	14	27	-10.05	4.64	101.0025	21.5296
36	20	23	-4.05	0.64	16.4025	0.4096
37	22	28	-2.05	5.64	4.2025	31.8096
38	18	25	-6.05	2.64	36.6025	6.9696
39	32	17	7.95	-5.36	63.2025	28.7296
40	27	19	2.95	-3.36	8.7025	11.2896
41	17	22	-7.05	-0.36	49.7025	0.1296
42	26	23	1.95	0.64	3.8025	0.4096
43	24	21	-0.0500000000000001	-1.36	0.0025	1.8496
44	35	19	10.95	-3.36	119.9025	11.2896
45	20	23	-4.05	0.64	16.4025	0.4096
46	21	22	-3.05	-0.36	9.3025	0.1296
47	23	22	-1.05	-0.36	1.1025	0.1296
48	27	24	2.95	1.64	8.7025	2.6896
49	27	24	2.95	1.64	8.7025	2.6896
50	28	27	3.95	4.64	15.6025	21.5296
51	30	21	5.95	-1.36	35.4025	1.8496

52	31	17	6.95	-5.36	48.3025	28.7296
53	24	23	-0.0500000000000001	0.64	0.0025	0.4096
54	22	22	-2.05	-0.36	4.2025	0.1296
55	26	19	1.95	-3.36	3.8025	11.2896
56	27	18	2.95	-4.36	8.7025	19.0096
57	24	19	-0.0500000000000001	-3.36	0.0025	11.2896
58	20	19	-4.05	-3.36	16.4025	11.2896
59	28	21	3.95	-1.36	15.6025	1.8496
60	18	24	-6.05	1.64	36.6025	2.6896
61	24	25	-0.0500000000000001	2.64	0.0025	6.9696
62	32	21	7.95	-1.36	63.2025	1.8496
63	19	22	-5.05	-0.36	25.5025	0.1296
64	28	22	3.95	-0.36	15.6025	0.1296
65	20	32	-4.05	9.64	16.4025	92.9296
66	31	20	6.95	-2.36	48.3025	5.5696
67	28	20	3.95	-2.36	15.6025	5.5696
68	23	25	-1.05	2.64	1.1025	6.9696
69	20	25	-4.05	2.64	16.4025	6.9696
70	26	20	1.95	-2.36	3.8025	5.5696
71	34	25	9.95	2.64	99.0025	6.9696
72	25	19	0.95	-3.36	0.9025	11.2896
73	27	23	2.95	0.64	8.7025	0.4096
74	22	23	-2.05	0.64	4.2025	0.4096
75	25	24	0.95	1.64	0.9025	2.6896
76	27	23	2.95	0.64	8.7025	0.4096
77	25	25	0.95	2.64	0.9025	6.9696
78	25	19	0.95	-3.36	0.9025	11.2896
79	20	24	-4.05	1.64	16.4025	2.6896
80	21	28	-3.05	5.64	9.3025	31.8096
81	24	17	-0.0500000000000001	-5.36	0.0025	28.7296
82	21		-3.05		9.3025	
83	28		3.95		15.6025	
84	32		7.95		63.2025	
85	23		-1.05		1.1025	
86	24		-0.0500000000000001		0.0025	
87	20		-4.05		16.4025	
88	27		2.95		8.7025	
89	32		7.95		63.2025	
90	21		-3.05		9.3025	
91	27		2.95		8.7025	
92	24		-0.0500000000000001		0.0025	
93	16		-8.05		64.8025	
94	26		1.95		3.8025	
95	21		-3.05		9.3025	
96	21		-3.05		9.3025	
97	16		-8.05		64.8025	
98	23		-1.05		1.1025	
99	23		-1.05		1.1025	

Suma:	2381	1811	0.05	-0.16	1908.7475	958.6176
Mediile:	24.05	22.36				

T= 2.8

Semnificațiile critice

T _{cr}	
p≤0.05	p≤0.01
1.97	2.61

Tabelul A. 1.11. Semnificațiile diferențelor pentru inițiativă și independență, factorul generalizare între rezultatele preadolescenților de 13 ani și cele ale preadolescenților de 14 – 15 ani după testul T-student

Nr.	Eșantione		Devianța de la medie		Pătratul devianței	
	B.1	B.2	B.1	B.2	B.1	B.2
1	18	26	-1.49	4.74	2.2201	22.4676
2	26	26	6.51	4.74	42.3801	22.4676
3	20	23	0.51	1.74	0.2601	3.0276
4	15	15	-4.49	-6.26	20.1601	39.1876
5	21	16	1.51	-5.26	2.2801	27.6676
6	17	21	-2.49	-0.26	6.2001	0.0676
7	13	21	-6.49	-0.26	42.1201	0.0676
8	21	17	1.51	-4.26	2.2801	18.1476
9	18	30	-1.49	8.74	2.2201	76.3876
10	20	18	0.51	-3.26	0.2601	10.6276
11	26	21	6.51	-0.26	42.3801	0.0676
12	16	22	-3.49	0.74	12.1801	0.5476
13	9	25	-10.49	3.74	110.0401	13.9876
14	15	25	-4.49	3.74	20.1601	13.9876
15	14	14	-5.49	-7.26	30.1401	52.7076
16	18	26	-1.49	4.74	2.2201	22.4676
17	20	21	0.51	-0.26	0.2601	0.0676
18	18	20	-1.49	-1.26	2.2201	1.5876
19	18	24	-1.49	2.74	2.2201	7.5076
20	21	23	1.51	1.74	2.2801	3.0276
21	18	17	-1.49	-4.26	2.2201	18.1476
22	23	26	3.51	4.74	12.3201	22.4676
23	26	29	6.51	7.74	42.3801	59.9076
24	19	17	-0.49	-4.26	0.2401	18.1476
25	13	24	-6.49	2.74	42.1201	7.5076
26	17	20	-2.49	-1.26	6.2001	1.5876
27	23	22	3.51	0.74	12.3201	0.5476
28	20	20	0.51	-1.26	0.2601	1.5876
29	23	18	3.51	-3.26	12.3201	10.6276
30	20	26	0.51	4.74	0.2601	22.4676
31	18	23	-1.49	1.74	2.2201	3.0276
32	17	21	-2.49	-0.26	6.2001	0.0676
33	12	21	-7.49	-0.26	56.1001	0.0676
34	20	25	0.51	3.74	0.2601	13.9876
35	20	23	0.51	1.74	0.2601	3.0276
36	22	20	2.51	-1.26	6.3001	1.5876

37	19	24	-0.49	2.74	0.2401	7.5076
38	27	23	7.51	1.74	56.4001	3.0276
39	15	16	-4.49	-5.26	20.1601	27.6676
40	19	24	-0.49	2.74	0.2401	7.5076
41	11	21	-8.49	-0.26	72.0801	0.0676
42	19	21	-0.49	-0.26	0.2401	0.0676
43	24	18	4.51	-3.26	20.3401	10.6276
44	18	23	-1.49	1.74	2.2201	3.0276
45	24	23	4.51	1.74	20.3401	3.0276
46	22	29	2.51	7.74	6.3001	59.9076
47	18	18	-1.49	-3.26	2.2201	10.6276
48	29	25	9.51	3.74	90.4401	13.9876
49	22	20	2.51	-1.26	6.3001	1.5876
50	19	21	-0.49	-0.26	0.2401	0.0676
51	20	17	0.51	-4.26	0.2601	18.1476
52	21	18	1.51	-3.26	2.2801	10.6276
53	24	23	4.51	1.74	20.3401	3.0276
54	31	27	11.51	5.74	132.4801	32.9476
55	13	20	-6.49	-1.26	42.1201	1.5876
56	20	27	0.51	5.74	0.2601	32.9476
57	20	18	0.51	-3.26	0.2601	10.6276
58	20	18	0.51	-3.26	0.2601	10.6276
59	20	21	0.51	-0.26	0.2601	0.0676
60		27		5.74		32.9476
61		20		-1.26		1.5876
62		21		-0.26		0.0676
63		27		5.74		32.9476
64		25		3.74		13.9876
65		18		-3.26		10.6276
66		22		0.74		0.5476
67		20		-1.26		1.5876
68		12		-9.26		85.7476
69		24		2.74		7.5076
70		14		-7.26		52.7076
71		20		-1.26		1.5876
72		19		-2.26		5.1076
73		13		-8.26		68.2276
74		21		-0.26		0.0676
75		19		-2.26		5.1076
76		20		-1.26		1.5876
77		14		-7.26		52.7076
78		20		-1.26		1.5876
79		16		-5.26		27.6676
80		24		2.74		7.5076
81		25		3.74		13.9876
Suma:	1150	1722	0.09	-0.06	1042.7459	1215.5556
Mediile:	19.49	21.26				

T = 2.6

Semnificațiile critice

Tcr	
p≤0.05	p≤0.01
1.97	2.61

Tabelul A. 1. Semnificațiile diferențelor pentru autocontrol și anduranță, factorul expresivitate între rezultatele preadolescenților de 13 ani și cele ale preadolescenților de 14 – 15 ani după testul T-student

Nr.	Eșantione		Devianța de la medie		Pătratul devianței	
	B.1	B.2	B.1	B.2	B.1	B.2
1	20	20	-2.08	-0.72	4.3264	0.5184
2	25	24	2.92	3.28	8.5264	10.7584
3	22	24	-0.079999999999998	3.28	0.0064	10.7584
4	26	16	3.92	-4.72	15.3664	22.2784
5	24	19	1.92	-1.72	3.6864	2.9584
6	19	15	-3.08	-5.72	9.4864	32.7184
7	20	25	-2.08	4.28	4.3264	18.3184
8	26	20	3.92	-0.72	15.3664	0.5184
9	29	17	6.92	-3.72	47.8864	13.8384
10	17	18	-5.08	-2.72	25.8064	7.3984
11	15	21	-7.08	0.28	50.1264	0.0784
12	21	25	-1.08	4.28	1.1664	18.3184
13	12	24	-10.08	3.28	101.6064	10.7584
14	18	24	-4.08	3.28	16.6464	10.7584
15	21	18	-1.08	-2.72	1.1664	7.3984
16	21	22	-1.08	1.28	1.1664	1.6384
17	24	19	1.92	-1.72	3.6864	2.9584
18	21	19	-1.08	-1.72	1.1664	2.9584
19	27	24	4.92	3.28	24.2064	10.7584
20	18	15	-4.08	-5.72	16.6464	32.7184
21	28	21	5.92	0.28	35.0464	0.0784
22	15	27	-7.08	6.28	50.1264	39.4384
23	24	21	1.92	0.28	3.6864	0.0784
24	21	20	-1.08	-0.72	1.1664	0.5184
25	28	19	5.92	-1.72	35.0464	2.9584
26	19	21	-3.08	0.28	9.4864	0.0784
27	18	24	-4.08	3.28	16.6464	10.7584
28	21	22	-1.08	1.28	1.1664	1.6384
29	18	21	-4.08	0.28	16.6464	0.0784
30	21	24	-1.08	3.28	1.1664	10.7584
31	20	24	-2.08	3.28	4.3264	10.7584
32	25	20	2.92	-0.72	8.5264	0.5184
33	25	23	2.92	2.28	8.5264	5.1984
34	22	13	-0.079999999999998	-7.72	0.0064	59.5984
35	22	22	-0.079999999999998	1.28	0.0064	1.6384
36	26	19	3.92	-1.72	15.3664	2.9584
37	23	21	0.92	0.28	0.8464	0.0784
38	38	24	15.92	3.28	253.4464	10.7584
39	21	19	-1.08	-1.72	1.1664	2.9584

40	16	24	-6.08	3.28	36.9664	10.7584
41	22	20	-0.0799999999999998	-0.72	0.0064	0.5184
42	16	17	-6.08	-3.72	36.9664	13.8384
43	25	23	2.92	2.28	8.5264	5.1984
44	19	19	-3.08	-1.72	9.4864	2.9584
45	22	20	-0.0799999999999998	-0.72	0.0064	0.5184
46	22	20	-0.0799999999999998	-0.72	0.0064	0.5184
47	20	18	-2.08	-2.72	4.3264	7.3984
48	25	23	2.92	2.28	8.5264	5.1984
49	21	24	-1.08	3.28	1.1664	10.7584
50	23	23	0.92	2.28	0.8464	5.1984
51	26	19	3.92	-1.72	15.3664	2.9584
52	25	21	2.92	0.28	8.5264	0.0784
53	26	24	3.92	3.28	15.3664	10.7584
54	27	20	4.92	-0.72	24.2064	0.5184
55	21	18	-1.08	-2.72	1.1664	7.3984
56	20	23	-2.08	2.28	4.3264	5.1984
57	20	13	-2.08	-7.72	4.3264	59.5984
58	24	18	1.92	-2.72	3.6864	7.3984
59	22	13	-0.0799999999999998	-7.72	0.0064	59.5984
60		16		-4.72		22.2784
61		20		-0.72		0.5184
62		19		-1.72		2.9584
63		21		0.28		0.0784
64		19		-1.72		2.9584
65		32		11.28		127.2384
66		21		0.28		0.0784
67		19		-1.72		2.9584
68		19		-1.72		2.9584
69		30		9.28		86.1184
70		23		2.28		5.1984
71		25		4.28		18.3184
72		22		1.28		1.6384
73		19		-1.72		2.9584
74		21		0.28		0.0784
75		19		-1.72		2.9584
76		21		0.28		0.0784
77		16		-4.72		22.2784
78		21		0.28		0.0784
79		17		-3.72		13.8384
80		22		1.28		1.6384
81		22		1.28		1.6384
Suma:	1303	1678	0.28	-0.32	998.577	914.4704
Media:	22.08	20.72				

T= 2.1

Semnificațiile critice

T _{cr}	
p≤0.05	p≤0.01

1.97	2.61
------	------

Tabelul A. 1.14. Semnificațiile diferențelor pentru stabilitate între rezultatele preadolescenților și cele ale preadolescentelor după testul T-student

Nr.	Eșantione		Devianța de la medie		Pătratul devianței	
	B.1	B.2	B.1	B.2	B.1	B.2
1	56	23	6.49	-23.18	42.1201	537.3124
2	52	58	2.49	11.82	6.2001	139.7124
3	37	66	-12.51	19.82	156.5001	392.8324
4	38	23	-11.51	-23.18	132.4801	537.3124
5	16	44	-33.51	-2.18	1122.9201	4.7524
6	57	53	7.49	6.82	56.1001	46.5124
7	52	31	2.49	-15.18	6.2001	230.4324
8	41	60	-8.51	13.82	72.4201	190.9924
9	45	49	-4.51	2.82	20.3401	7.9524
10	45	32	-4.51	-14.18	20.3401	201.0724
11	35	60	-14.51	13.82	210.5401	190.9924
12	57	47	7.49	0.82	56.1001	0.6724
13	35	49	-14.51	2.82	210.5401	7.9524
14	33	61	-16.51	14.82	272.5801	219.6324
15	39	60	-10.51	13.82	110.4601	190.9924
16	39	61	-10.51	14.82	110.4601	219.6324
17	34	32	-15.51	-14.18	240.5601	201.0724
18	49	44	-0.51	-2.18	0.2601	4.7524
19	32	33	-17.51	-13.18	306.6001	173.7124
20	38	75	-11.51	28.82	132.4801	830.5924
21	39	55	-10.51	8.82	110.4601	77.7924
22	58	53	8.49	6.82	72.0801	46.5124
23	40	30	-9.51	-16.18	90.4401	261.7924
24	42	41	-7.51	-5.18	56.4001	26.8324
25	47	44	-2.51	-2.18	6.3001	4.7524
26	51	38	1.49	-8.18	2.2201	66.9124
27	45	38	-4.51	-8.18	20.3401	66.9124
28	38	51	-11.51	4.82	132.4801	23.2324
29	75	53	25.49	6.82	649.7401	46.5124
30	37	57	-12.51	10.82	156.5001	117.0724
31	70	55	20.49	8.82	419.8401	77.7924
32	44	54	-5.51	7.82	30.3601	61.1524
33	52	62	2.49	15.82	6.2001	250.2724
34	69	32	19.49	-14.18	379.8601	201.0724
35	45	56	-4.51	9.82	20.3401	96.4324
36	49	50	-0.51	3.82	0.2601	14.5924
37	49	42	-0.51	-4.18	0.2601	17.4724
38	31	62	-18.51	15.82	342.6201	250.2724
39	50	55	0.49	8.82	0.2401	77.7924
40	55	47	5.49	0.82	30.1401	0.6724
41	52	59	2.49	12.82	6.2001	164.3524
42	38	46	-11.51	-0.18	132.4801	0.0324

43	35	56	-14.51	9.82	210.5401	96.4324
44	46	29	-3.51	-17.18	12.3201	295.1524
45	43	47	-6.51	0.82	42.3801	0.6724
46	40	44	-9.51	-2.18	90.4401	4.7524
47	45	49	-4.51	2.82	20.3401	7.9524
48	53	21	3.49	-25.18	12.1801	634.0324
49	39	52	-10.51	5.82	110.4601	33.8724
50	62	35	12.49	-11.18	156.0001	124.9924
51	56	34	6.49	-12.18	42.1201	148.3524
52	42	58	-7.51	11.82	56.4001	139.7124
53	43	25	-6.51	-21.18	42.3801	448.5924
54	41	63	-8.51	16.82	72.4201	282.9124
55	40	21	-9.51	-25.18	90.4401	634.0324
56	41	51	-8.51	4.82	72.4201	23.2324
57	63	55	13.49	8.82	181.9801	77.7924
58	56	21	6.49	-25.18	42.1201	634.0324
59	54	42	4.49	-4.18	20.1601	17.4724
60	39	42	-10.51	-4.18	110.4601	17.4724
61	37	56	-12.51	9.82	156.5001	96.4324
62	33	48	-16.51	1.82	272.5801	3.3124
63	62	44	12.49	-2.18	156.0001	4.7524
64	33	69	-16.51	22.82	272.5801	520.7524
65	54	51	4.49	4.82	20.1601	23.2324
66	70	55	20.49	8.82	419.8401	77.7924
67	57	40	7.49	-6.18	56.1001	38.1924
68	53	15	3.49	-31.18	12.1801	972.1924
69	58	53	8.49	6.82	72.0801	46.5124
70	49	54	-0.51	7.82	0.2601	61.1524
71	49	61	-0.51	14.82	0.2601	219.6324
72	38	49	-11.51	2.82	132.4801	7.9524
73	44	48	-5.51	1.82	30.3601	3.3124
74	67	41	17.49	-5.18	305.9001	26.8324
75	47	35	-2.51	-11.18	6.3001	124.9924
76	77	37	27.49	-9.18	755.7001	84.2724
77	49	59	-0.51	12.82	0.2601	164.3524
78	45	35	-4.51	-11.18	20.3401	124.9924
79	55	51	5.49	4.82	30.1401	23.2324
80	52	42	2.49	-4.18	6.2001	17.4724
81	55	51	5.49	4.82	30.1401	23.2324
82	75	42	25.49	-4.18	649.7401	17.4724
83	47	42	-2.51	-4.18	6.3001	17.4724
84	38	59	-11.51	12.82	132.4801	164.3524
85	47	21	-2.51	-25.18	6.3001	634.0324
86	55	50	5.49	3.82	30.1401	14.5924
87	45	34	-4.51	-12.18	20.3401	148.3524
88	52	35	2.49	-11.18	6.2001	124.9924
89	43	45	-6.51	-1.18	42.3801	1.3924
90	56	34	6.49	-12.18	42.1201	148.3524

91	51	22	1.49	-24.18	2.2201	584.6724
92	52	46	2.49	-0.18	6.2001	0.0324
93	76	48	26.49	1.82	701.7201	3.3124
94	40	26	-9.51	-20.18	90.4401	407.2324
95	46	53	-3.51	6.82	12.3201	46.5124
96	47	46	-2.51	-0.18	6.3001	0.0324
97	56	74	6.49	27.82	42.1201	773.9524
98	50	43	0.49	-3.18	0.2401	10.1124
99	63	55	13.49	8.82	181.9801	77.7924
100	61	58	11.49	11.82	132.0201	139.7124
101	56	56	6.49	9.82	42.1201	96.4324
102	49	40	-0.51	-6.18	0.2601	38.1924
103	57	52	7.49	5.82	56.1001	33.8724
104	64	61	14.49	14.82	209.9601	219.6324
105	67	36	17.49	-10.18	305.9001	103.6324
106	38	19	-11.51	-27.18	132.4801	738.7524
107	61	52	11.49	5.82	132.0201	33.8724
108	54	44	4.49	-2.18	20.1601	4.7524
109	62	42	12.49	-4.18	156.0001	17.4724
110	43	27	-6.51	-19.18	42.3801	367.8724
111	45	42	-4.51	-4.18	20.3401	17.4724
112	66	56	16.49	9.82	271.9201	96.4324
113	54	53	4.49	6.82	20.1601	46.5124
114	77	58	27.49	11.82	755.7001	139.7124
115	54	38	4.49	-8.18	20.1601	66.9124
116	43	61	-6.51	14.82	42.3801	219.6324
117	75	40	25.49	-6.18	649.7401	38.1924
118		47		0.82		0.6724
119		58		11.82		139.7124
120		43		-3.18		10.1124
121		42		-4.18		17.4724
122		54		7.82		61.1524
Suma:	5793	5634	0.33	0.04	15083.2317	18388.0328
Mediile:	49.51	46.18				

T = 2.2

Semnificațiile critice

T _{cr}	
p≤0.05	p≤0.01
1.96	2.58

Tabelul A. 1.15. Semnificațiile diferențelor pentru autonomie între rezultatele preadolescenților și cele ale preadolescentelor după testul T-student

№	Eșantione		Devianța de la medie		Pătratul devianței	
	B.1	B.2	B.1	B.2	B.1	B.2
1	50	31	-0.28	-16.52	0.0784	272.9104
2	55	48	4.72	0.48	22.2784	0.2304
3	48	40	-2.28	-7.52	5.1984	56.5504
4	41	23	-9.28	-24.52	86.1184	601.2304

5	49	57	-1.28	9.48	1.6384	89.8704
6	41	47	-9.28	-0.52	86.1184	0.2704
7	44	37	-6.28	-10.52	39.4384	110.6704
8	50	46	-0.28	-1.52	0.0784	2.3104
9	80	45	29.72	-2.52	883.2784	6.3504
10	68	56	17.72	8.48	313.9984	71.9104
11	56	50	5.72	2.48	32.7184	6.1504
12	49	29	-1.28	-18.52	1.6384	342.9904
13	42	52	-8.28	4.48	68.5584	20.0704
14	58	45	7.72	-2.52	59.5984	6.3504
15	39	43	-11.28	-4.52	127.2384	20.4304
16	43	43	-7.28	-4.52	52.9984	20.4304
17	42	50	-8.28	2.48	68.5584	6.1504
18	55	51	4.72	3.48	22.2784	12.1104
19	33	62	-17.28	14.48	298.5984	209.6704
20	43	42	-7.28	-5.52	52.9984	30.4704
21	45	48	-5.28	0.48	27.8784	0.2304
22	61	42	10.72	-5.52	114.9184	30.4704
23	50	50	-0.28	2.48	0.0784	6.1504
24	77	37	26.72	-10.52	713.9584	110.6704
25	38	34	-12.28	-13.52	150.7984	182.7904
26	44	49	-6.28	1.48	39.4384	2.1904
27	48	38	-2.28	-9.52	5.1984	90.6304
28	37	26	-13.28	-21.52	176.3584	463.1104
29	71	46	20.72	-1.52	429.3184	2.3104
30	48	51	-2.28	3.48	5.1984	12.1104
31	49	42	-1.28	-5.52	1.6384	30.4704
32	43	32	-7.28	-15.52	52.9984	240.8704
33	52	59	1.72	11.48	2.9584	131.7904
34	79	62	28.72	14.48	824.8384	209.6704
35	38	44	-12.28	-3.52	150.7984	12.3904
36	49	44	-1.28	-3.52	1.6384	12.3904
37	38	58	-12.28	10.48	150.7984	109.8304
38	45	54	-5.28	6.48	27.8784	41.9904
39	38	47	-12.28	-0.52	150.7984	0.2704
40	37	38	-13.28	-9.52	176.3584	90.6304
41	46	42	-4.28	-5.52	18.3184	30.4704
42	53	47	2.72	-0.52	7.3984	0.2704
43	54	48	3.72	0.48	13.8384	0.2304
44	54	48	3.72	0.48	13.8384	0.2304
45	39	57	-11.28	9.48	127.2384	89.8704
46	59	43	8.72	-4.52	76.0384	20.4304
47	43	58	-7.28	10.48	52.9984	109.8304
48	44	51	-6.28	3.48	39.4384	12.1104
49	52	49	1.72	1.48	2.9584	2.1904
50	43	41	-7.28	-6.52	52.9984	42.5104
51	48	36	-2.28	-11.52	5.1984	132.7104
52	66	50	15.72	2.48	247.1184	6.1504

53	55	41	4.72	-6.52	22.2784	42.5104
54	37	51	-13.28	3.48	176.3584	12.1104
55	55	48	4.72	0.48	22.2784	0.2304
56	45	49	-5.28	1.48	27.8784	2.1904
57	55	61	4.72	13.48	22.2784	181.7104
58	44	70	-6.28	22.48	39.4384	505.3504
59	44	71	-6.28	23.48	39.4384	551.3104
60	58	52	7.72	4.48	59.5984	20.0704
61	42	67	-8.28	19.48	68.5584	379.4704
62	56	45	5.72	-2.52	32.7184	6.3504
63	48	59	-2.28	11.48	5.1984	131.7904
64	48	52	-2.28	4.48	5.1984	20.0704
65	52	42	1.72	-5.52	2.9584	30.4704
66	49	65	-1.28	17.48	1.6384	305.5504
67	58	63	7.72	15.48	59.5984	239.6304
68	41	35	-9.28	-12.52	86.1184	156.7504
69	49	51	-1.28	3.48	1.6384	12.1104
70	52	47	1.72	-0.52	2.9584	0.2704
71	42	41	-8.28	-6.52	68.5584	42.5104
72	56	45	5.72	-2.52	32.7184	6.3504
73	44	57	-6.28	9.48	39.4384	89.8704
74	55	50	4.72	2.48	22.2784	6.1504
75	34	46	-16.28	-1.52	265.0384	2.3104
76	56	45	5.72	-2.52	32.7184	6.3504
77	47	34	-3.28	-13.52	10.7584	182.7904
78	50	25	-0.28	-22.52	0.0784	507.1504
79	45	48	-5.28	0.48	27.8784	0.2304
80	80	58	29.72	10.48	883.2784	109.8304
81	52	46	1.72	-1.52	2.9584	2.3104
82	48	45	-2.28	-2.52	5.1984	6.3504
83	41	48	-9.28	0.48	86.1184	0.2304
84	33	58	-17.28	10.48	298.5984	109.8304
85	49	66	-1.28	18.48	1.6384	341.5104
86	63	56	12.72	8.48	161.7984	71.9104
87	49	38	-1.28	-9.52	1.6384	90.6304
88	42	39	-8.28	-8.52	68.5584	72.5904
89	43	69	-7.28	21.48	52.9984	461.3904
90	61	57	10.72	9.48	114.9184	89.8704
91	50	62	-0.28	14.48	0.0784	209.6704
92	77	52	26.72	4.48	713.9584	20.0704
93	85	38	34.72	-9.52	1205.4784	90.6304
94	59	47	8.72	-0.52	76.0384	0.2704
95	32	50	-18.28	2.48	334.1584	6.1504
96	45	64	-5.28	16.48	27.8784	271.5904
97	53	62	2.72	14.48	7.3984	209.6704
98	41	46	-9.28	-1.52	86.1184	2.3104
99	65	45	14.72	-2.52	216.6784	6.3504
100	34	64	-16.28	16.48	265.0384	271.5904

101	59	51	8.72	3.48	76.0384	12.1104
102	43	44	-7.28	-3.52	52.9984	12.3904
103	45	50	-5.28	2.48	27.8784	6.1504
104	46	33	-4.28	-14.52	18.3184	210.8304
105	54	53	3.72	5.48	13.8384	30.0304
106	42	30	-8.28	-17.52	68.5584	306.9504
107	59	47	8.72	-0.52	76.0384	0.2704
108	57	64	6.72	16.48	45.1584	271.5904
109	47	44	-3.28	-3.52	10.7584	12.3904
110	53	20	2.72	-27.52	7.3984	757.3504
111	58	57	7.72	9.48	59.5984	89.8704
112	39	53	-11.28	5.48	127.2384	30.0304
113	58	42	7.72	-5.52	59.5984	30.4704
114	53	26	2.72	-21.52	7.3984	463.1104
115	71	50	20.72	2.48	429.3184	6.1504
116	34	49	-16.28	1.48	265.0384	2.1904
117	72	42	21.72	-5.52	471.7584	30.4704
118		40		-7.52		56.5504
119		37		-10.52		110.6704
120		40		-7.52		56.5504
121		44		-3.52		12.3904
122		43		-4.52		20.4304
Suma:	5883	5797	0.24	-0.44	13687.6928	12530.4688
Media:	50.28	47.52				

T= 2

Semnificațiile critice

T _{cr}	
p≤0.05	p≤0.01
1.96	2.58

Tabelul A. 1.16. Semnificațiile diferențelor pentru stabilitate emoțională între rezultatele preadolescenților de 10 – 12 ani și cele ale preadolescenților de 14 – 15 ani după testul T-student

Nr.	Eșantioane		Devianța de la medie		Pătratul devianței	
	B.1	B.2	B.1	B.2	B.1	B.2
1	47	43	-0.23	-7.63	0.0529	58.2169
2	56	47	8.77	-3.63	76.9129	13.1769
3	58	43	10.77	-7.63	115.9929	58.2169
4	66	40	18.77	-10.63	352.3129	112.9969
5	33	34	-14.23	-16.63	202.4929	276.5569
6	44	67	-3.23	16.37	10.4329	267.9769
7	52	47	4.77	-3.63	22.7529	13.1769
8	53	77	5.77	26.37	33.2929	695.3769
9	31	22	-16.23	-28.63	263.4129	819.6769
10	37	49	-10.23	-1.63	104.6529	2.6569
11	60	45	12.77	-5.63	163.0729	31.6969
12	38	55	-9.23	4.37	85.1929	19.0969
13	16	46	-31.23	-4.63	975.3129	21.4369
14	49	48	1.77	-2.63	3.1329	6.9169

15	52	52	4.77	1.37	22.7529	1.8769
16	60	55	12.77	4.37	163.0729	19.0969
17	47	64	-0.23	13.37	0.0529	178.7569
18	47	26	-0.23	-24.63	0.0529	606.6369
19	52	47	4.77	-3.63	22.7529	13.1769
20	41	26	-6.23	-24.63	38.8129	606.6369
21	49	53	1.77	2.37	3.1329	5.6169
22	45	47	-2.23	-3.63	4.9729	13.1769
23	61	55	13.77	4.37	189.6129	19.0969
24	64	46	16.77	-4.63	281.2329	21.4369
25	61	45	13.77	-5.63	189.6129	31.6969
26	45	52	-2.23	1.37	4.9729	1.8769
27	35	74	-12.23	23.37	149.5729	546.1569
28	32	43	-15.23	-7.63	231.9529	58.2169
29	47	56	-0.23	5.37	0.0529	28.8369
30	58	51	10.77	0.37	115.9929	0.1369
31	33	52	-14.23	1.37	202.4929	1.8769
32	35	76	-12.23	25.37	149.5729	643.6369
33	33	43	-14.23	-7.63	202.4929	58.2169
34	39	40	-8.23	-10.63	67.7329	112.9969
35	75	46	27.77	-4.63	771.1729	21.4369
36	39	55	-8.23	4.37	67.7329	19.0969
37	55	58	7.77	7.37	60.3729	54.3169
38	34	47	-13.23	-3.63	175.0329	13.1769
39	53	56	5.77	5.37	33.2929	28.8369
40	46	40	-1.23	-10.63	1.5129	112.9969
41	30	52	-17.23	1.37	296.8729	1.8769
42	41	61	-6.23	10.37	38.8129	107.5369
43	32	36	-15.23	-14.63	231.9529	214.0369
44	46	19	-1.23	-31.63	1.5129	1000.4569
45	38	52	-9.23	1.37	85.1929	1.8769
46	39	44	-8.23	-6.63	67.7329	43.9569
47	58	56	10.77	5.37	115.9929	28.8369
48	38	50	-9.23	-0.63	85.1929	0.3969
49	38	63	-9.23	12.37	85.1929	153.0169
50	40	61	-7.23	10.37	52.2729	107.5369
51	42	56	-5.23	5.37	27.3529	28.8369
52	51	49	3.77	-1.63	14.2129	2.6569
53	53	57	5.77	6.37	33.2929	40.5769
54	57	42	9.77	-8.63	95.4529	74.4769
55	55	27	7.77	-23.63	60.3729	558.3769
56	54	46	6.77	-4.63	45.8329	21.4369
57	47	64	-0.23	13.37	0.0529	178.7569
58	51	56	3.77	5.37	14.2129	28.8369
59	62	53	14.77	2.37	218.1529	5.6169
60	32	67	-15.23	16.37	231.9529	267.9769
61	45	38	-2.23	-12.63	4.9729	159.5169
62	56	58	8.77	7.37	76.9129	54.3169

63	50	61	2.77	10.37	7.6729	107.5369
64	38	54	-9.23	3.37	85.1929	11.3569
65	42	38	-5.23	-12.63	27.3529	159.5169
66	75	61	27.77	10.37	771.1729	107.5369
67	37	40	-10.23	-10.63	104.6529	112.9969
68	70	47	22.77	-3.63	518.4729	13.1769
69	44	62	-3.23	11.37	10.4329	129.2769
70	52	43	4.77	-7.63	22.7529	58.2169
71	69	45	21.77	-5.63	473.9329	31.6969
72	45	66	-2.23	15.37	4.9729	236.2369
73	49	59	1.77	8.37	3.1329	70.0569
74	62	74	14.77	23.37	218.1529	546.1569
75	44	58	-3.23	7.37	10.4329	54.3169
76	55	58	7.77	7.37	60.3729	54.3169
77	47	43	-0.23	-7.63	0.0529	58.2169
78	59	43	11.77	-7.63	138.5329	58.2169
79	31	45	-16.23	-5.63	263.4129	31.6969
80	46	75	-1.23	24.37	1.5129	593.8969
81	56	54	8.77	3.37	76.9129	11.3569
82	50		2.77		7.6729	
83	29		-18.23		332.3329	
84	47		-0.23		0.0529	
85	40		-7.23		52.2729	
86	34		-13.23		175.0329	
87	56		8.77		76.9129	
88	40		-7.23		52.2729	
89	53		5.77		33.2929	
90	54		6.77		45.8329	
91	33		-14.23		202.4929	
92	35		-12.23		149.5729	
93	70		22.77		518.4729	
94	42		-5.23		27.3529	
95	51		3.77		14.2129	
96	49		1.77		3.1329	
97	45		-2.23		4.9729	
98	50		2.77		7.6729	
99	44		-3.23		10.4329	
Suma:	4676	4101	0.23	-0.03	11955.6571	11142.8889
Mediile:	47.23	50.63				

T= 2

Semnificațiile critice

T _{cr}	
p≤0.05	p≤0.01
1.97	2.61

Tabelul A. 1.17. Semnificațiile diferențelor pentru stabilitate emoțională între rezultatele preadolescenților de 13 ani și cele ale preadolescenților de 14 – 15 ani după testul T-student

Nr.	Eșantione		Devianța de la medie		Pătratul devianței	
	B.1	B.2	B.1	B.2	B.1	B.2

1	44	43	-2.59	-7.63	6.7081	58.2169
2	55	47	8.41	-3.63	70.7281	13.1769
3	52	43	5.41	-7.63	29.2681	58.2169
4	38	40	-8.59	-10.63	73.7881	112.9969
5	49	34	2.41	-16.63	5.8081	276.5569
6	26	67	-20.59	16.37	423.9481	267.9769
7	52	47	5.41	-3.63	29.2681	13.1769
8	35	77	-11.59	26.37	134.3281	695.3769
9	35	22	-11.59	-28.63	134.3281	819.6769
10	46	49	-0.59	-1.63	0.3481	2.6569
11	45	45	-1.59	-5.63	2.5281	31.6969
12	53	55	6.41	4.37	41.0881	19.0969
13	39	46	-7.59	-4.63	57.6081	21.4369
14	62	48	15.41	-2.63	237.4681	6.9169
15	54	52	7.41	1.37	54.9081	1.8769
16	58	55	11.41	4.37	130.1881	19.0969
17	42	64	-4.59	13.37	21.0681	178.7569
18	63	26	16.41	-24.63	269.2881	606.6369
19	40	47	-6.59	-3.63	43.4281	13.1769
20	51	26	4.41	-24.63	19.4481	606.6369
21	55	53	8.41	2.37	70.7281	5.6169
22	38	47	-8.59	-3.63	73.7881	13.1769
23	42	55	-4.59	4.37	21.0681	19.0969
24	41	46	-5.59	-4.63	31.2481	21.4369
25	42	45	-4.59	-5.63	21.0681	31.6969
26	48	52	1.41	1.37	1.9881	1.8769
27	44	74	-2.59	23.37	6.7081	546.1569
28	41	43	-5.59	-7.63	31.2481	58.2169
29	69	56	22.41	5.37	502.2081	28.8369
30	63	51	16.41	0.37	269.2881	0.1369
31	51	52	4.41	1.37	19.4481	1.8769
32	55	76	8.41	25.37	70.7281	643.6369
33	56	43	9.41	-7.63	88.5481	58.2169
34	15	40	-31.59	-10.63	997.9281	112.9969
35	54	46	7.41	-4.63	54.9081	21.4369
36	61	55	14.41	4.37	207.6481	19.0969
37	49	58	2.41	7.37	5.8081	54.3169
38	39	47	-7.59	-3.63	57.6081	13.1769
39	48	56	1.41	5.37	1.9881	28.8369
40	41	40	-5.59	-10.63	31.2481	112.9969
41	35	52	-11.59	1.37	134.3281	1.8769
42	37	61	-9.59	10.37	91.9681	107.5369
43	59	36	12.41	-14.63	154.0081	214.0369
44	37	19	-9.59	-31.63	91.9681	1000.4569
45	33	52	-13.59	1.37	184.6881	1.8769
46	62	44	15.41	-6.63	237.4681	43.9569
47	54	56	7.41	5.37	54.9081	28.8369
48	51	50	4.41	-0.63	19.4481	0.3969

49	57	63	10.41	12.37	108.3681	153.0169
50	53	61	6.41	10.37	41.0881	107.5369
51	42	56	-4.59	5.37	21.0681	28.8369
52	42	49	-4.59	-1.63	21.0681	2.6569
53	59	57	12.41	6.37	154.0081	40.5769
54	58	42	11.41	-8.63	130.1881	74.4769
55	27	27	-19.59	-23.63	383.7681	558.3769
56	34	46	-12.59	-4.63	158.5081	21.4369
57	35	64	-11.59	13.37	134.3281	178.7569
58	38	56	-8.59	5.37	73.7881	28.8369
59	45	53	-1.59	2.37	2.5281	5.6169
60		67		16.37		267.9769
61		38		-12.63		159.5169
62		58		7.37		54.3169
63		61		10.37		107.5369
64		54		3.37		11.3569
65		38		-12.63		159.5169
66		61		10.37		107.5369
67		40		-10.63		112.9969
68		47		-3.63		13.1769
69		62		11.37		129.2769
70		43		-7.63		58.2169
71		45		-5.63		31.6969
72		66		15.37		236.2369
73		59		8.37		70.0569
74		74		23.37		546.1569
75		58		7.37		54.3169
76		58		7.37		54.3169
77		43		-7.63		58.2169
78		43		-7.63		58.2169
79		45		-5.63		31.6969
80		75		24.37		593.8969
81		54		3.37		11.3569
Suma:	2749	4101	0.19	-0.03	6548.2379	11142.8889
Mediile:	46.59	50.63				

T= 2.1

Semnificațiile critice

T _{cr}	
p≤0.05	p≤0.01
1.97	2.61

Anexa 2. Studiul corelației între variabilele cercetării pentru experimentul de constatare
Tabelul A 2.1. Calculul coeficienților de corelație pentru variabilele cercetării după Pearson

Variabilele cercetării	Coeficientul de corelație	Pragul de semnificație
Autoaprecierea voinței / Perseverența	$r=0,4699$	$p \leq 0,01$
Autoaprecierea voinței / Capacitatea de atingere a scopului, factorul E	$r=0,2421$	$p \leq 0,01$
Capacitatea de atingere a scopului, factorul E / Capacitatea de atingere a scopului, factorul G	$r=0,3482$	$p \leq 0,01$
Autoaprecierea voinței / Curajul și capacitatea de a lua decizii, factorul E	$r=0,1932$	$p \leq 0,01$
Capacitatea de atingere a scopului, factorul E / Curajul și capacitatea de a lua decizii, factorul E	$r=0,3353$	$p \leq 0,01$
Curaj și capacitatea de a lua decizii factorul E / Curajul și capacitatea de a lua decizii, factorul G	$r=0,2681$	$p \leq 0,01$
Autoaprecierea voinței / Perseverența și fermitatea, factorul E	$r=0,2213$	$p \leq 0,01$
Capacitatea de atingere a scopului, factorul E / Perseverența și fermitatea, factorul E	$r=0,3049$	$p \leq 0,01$
Capacitatea de atingere a scopului, factorul E / Perseverența și fermitatea, factorul G	$r=0,2630$	$p \leq 0,01$
Curaj și capacitatea de a lua decizii, factorul E / Perseverența și fermitatea, factorul G	$r=0,2778$	$p \leq 0,01$
Autoaprecierea voinței / Perseverența și fermitatea, factorul G	$r=0,2778$	$p \leq 0,01$
Perseverența și fermitatea, factorul E / Perseverența și fermitatea, factorul G	$r=0,3217$	$p \leq 0,01$
Capacitatea de atingere a scopului, factorul E / Inițiativa și independența, factorul E	$r=0,2878$	$p \leq 0,01$
Autoaprecierea voinței / Inițiativa și independența, factorul E	$r=0,1921$	$p \leq 0,01$
Perseverență și fermitate, factorul E / Inițiativa și independența, factorul E	$r=0,3869$	$p \leq 0,01$
Autoaprecierea voinței / Inițiativa și independența, factorul G	$r=0,2478$	$p \leq 0,01$
Perseverență și fermitate, factorul E / Inițiativa și independența, factorul G	$r=0,2608$	$p \leq 0,01$

Inițiativă și independență, factorul E / Inițiativa și independența, factorul G	r=0,3099	p≤0,01
Autoaprecierea voinței / Autocontrol și anduranță, factorul E	r=0,2410	p≤0,01
Capacitatea de atingere a scopului, factorul E / Autocontrol și anduranță, factorul E	r=0,2523	p≤0,01
Capacitatea de atingere a scopului, factorul G / Autocontrol și anduranță, factorul E	r=0,2687	p≤0,01
Perseverență și fermitate, factorul G / Autocontrol și anduranță, factorul E	r=0,2545	p≤0,01
Autoaprecierea voinței / Autocontrol și anduranță, factorul G	r=0,2021	p≤0,01
Capacitatea de atingere a scopului, factorul E / Autocontrol și anduranță, factorul G	r=0,3189	p≤0,01
Capacitatea de atingere a scopului, factorul G / Autocontrol și anduranță, factorul G	r=0,2612	p≤0,01
Curaj și capacitatea de a lua decizii, factorul E/ Autocontrol și anduranță, factorul G	r=0,3182	p≤0,01
Perseverență și fermitate, factorul E/ Autocontrol și anduranță, factorul G	r=0,3155	p≤0,01
Perseverență și fermitate, factorul G / Autocontrol și anduranță, factorul G	r=0,3269	p≤0,01
Inițiativă și independență, factorul E / Autocontrol și anduranță, factorul G	r=0,2971	p≤0,01
Autocontrol și anduranță, factorul E / Autocontrol și anduranță, factorul G	r=0,4960	p≤0,01
Capacitatea de atingere a scopului, factorul E / Conștiinciozitate	r=0,5963	p≤0,01
Capacitatea de atingere a scopului, factorul E / Conștiinciozitate	r=0,6178	p≤0,01
Autocontrol și anduranță, factorul E / Conștiinciozitate	r=0,4128	p≤0,01
Autocontrol și anduranță, factorul G / Conștiinciozitate	r=0,5725	p≤0,01
Perseverență și fermitate, factorul G / Stabilitate emoțională	r=0,5735	p≤0,01
Autocontrol și anduranță, factorul G / Stabilitate emoțională	r=0,3523	p≤0,01
Conștiinciozitate / Stabilitate	r=0,4258	p≤0,01

emoțională		
Curaj și capacitate de a lua decizii, factorul E / Autonomie	r=0,2581	p≤0,01
Inițiativă și independență, factorul E / Autonomie	r=0,4740	p≤0,01
Inițiativă și independență, factorul E / Autonomie	r=0,3876	p≤0,01
Autoaprecierea voinței / Amabilitate	r=0,4297	p≤0,01
Autoaprecierea voinței / Conștiinciozitate	r=0,4636	p≤0,01
Autoaprecierea voinței / Stabilitate emoțională	r=0,3209	p≤0,01
Perseverența / Conștiinciozitate	r=0,6068	p≤0,01
Perseverența / Stabilitate emoțională	r=0,4493	p≤0,01
Perseverența / Autonomie	r=0,3637	p≤0,01

Anexa 3. Distribuția rezultatelor privind trăsăturile de personalitate la preadolescenți
 Tabelul A.3.1. Distribuția rezultatelor privind nivelul extraversiunii și amabilității la preadolescenți din lotul experimental

Criterii	Trăsăturile de personalitate					
	Extraversiune			Amabilitate		
	Nivel scăzut	Nivel mediu	Nivel înalt	Nivel scăzut	Nivel mediu	Nivel înalt
Total preadolescenți	10,87%	69,03%	20,08%	35,56%	56,48%	7,94%

Tabelul A.3.2. Distribuția rezultatelor privind nivelul extraversiunii și amabilității la preadolescenți în funcție de gen

Criterii	Trăsăturile de personalitate					
	Extraversiune			Amabilitate		
	Nivel scăzut	Nivel mediu	Nivel înalt	Nivel scăzut	Nivel mediu	Nivel înalt
Băieți	15,38%	67,52%	17,09%	32,47%	59,82%	7,69%
Fete	6,55%	70,49%	22,95%	38,52%	53,27%	8,19%

Tabelul A.3.3. Distribuția rezultatelor privind nivelul extraversiunii și amabilității la preadolescenți în funcție de vârstă

Criterii	Trăsăturile de personalitate					
	Extraversiune			Amabilitate		
	Nivel scăzut	Nivel mediu	Nivel înalt	Nivel scăzut	Nivel mediu	Nivel înalt
10 – 12 ani	4,04%	78,78%	17,17%	34,34%	57,57%	8,08%
13 ani	11,86%	59,32%	23,72%	33,89%	55,93%	10,16%
14 – 15 ani	18,51%	60,49%	20,98%	38,27%	55,55%	6,17%

Anexa 4. Semnificațiile diferențelor pentru variabilele cercetării pentru demersul formativ
(rezultatele grupului experimental și rezultatele grupului de control) după testul U Mann-Whitney

Tabelul A.4.1. Semnificațiile diferențelor pentru autoaprecierea voinței rezultatele grupului experimental și rezultatele grupului de control după testul U Mann-Whitney

Nr.	GE test	Rang 1	GC test	Rang 2
1	12	12.5	11	7.5
2	17	23.5	12	12.5
3	12	12.5	15	21
4	10	3.5	10	3.5
5	10	3.5	10	3.5
6	10	3.5	12	12.5
7	12	12.5	12	12.5
8	12	12.5	17	23.5
9	12	12.5	11	7.5
10	14	18	15	21
11	14	18	10	3.5
12	14	18	15	21
Suma:		150.5		149.5

U=71,5

U _{cr}	
p≤0.01	p≤0.05
31	42

Tabelul A.4.2. Semnificațiile diferențelor pentru perseverență rezultatele grupului experimental și rezultatele grupului de control după testul U Mann-Whitney

Nr.	GE test	Rang 1	GC test	Rang 2
1	2.5	10.5	2.375	7.5
2	3.25	23	2.875	16.5
3	2.5	10.5	2.625	13.5
4	2	3	2.875	16.5
5	1.625	1.5	2.25	5
6	2.375	7.5	3.125	21
7	2.875	16.5	2.5	10.5
8	1.625	1.5	2.25	5
9	2.875	16.5	3.125	21
10	3	19	2.625	13.5
11	3.5	24	2.25	5
12	3.125	21	2.5	10.5
Suma:		154.5		145.5

U=67.5

U _{cr}	
p≤0.01	p≤0.05
31	42

Tabelul A.4.3. Semnificațiile diferențelor pentru capacitatea de atingere a scopului, factorul expresivitate rezultatele grupului experimental și rezultatele grupului de control după testul U Mann-Whitney

Nr.	GE test	Rang 1	GC test	Rang 2
1	33	24	24	19.5
2	26	22	25	21
3	24	19.5	10	1
4	15	3	22	15
5	16	4.5	20	10.5
6	22	15	21	12.5
7	23	17.5	18	7.5
8	21	12.5	18	7.5
9	22	15	28	23
10	19	9	20	10.5
11	11	2	17	6
12	23	17.5	16	4.5
Suma:		161.5		138.5

U=60,5

U _{cr}	
p≤0.01	p≤0.05
31	42

Tabelul A.4.4. Semnificațiile diferențelor pentru curajul și capacitatea de a lua decizii, factorul expresivitate rezultatele grupului experimental și rezultatele grupului de control după testul U Mann-Whitney

Nr.	GE test	Rang 1	GC test	Rang 2
1	29	23	27	21
2	19	7	31	24
3	16	2.5	20	9
4	16	2.5	19	7
5	17	4.5	13	1
6	23	14.5	23	14.5
7	25	20	21	10
8	22	11.5	24	18
9	19	7	24	18
10	22	11.5	28	22
11	23	14.5	24	18
12	23	14.5	17	4.5
Suma:		133		167

U=55

U _{cr}	
p≤0.01	p≤0.05
31	42

Tabelul A.4.5. Semnificațiile diferențelor pentru perseverența și fermitatea, factorul expresivitate rezultatele grupului experimental și rezultatele grupului de control după testul U Mann-Whitney

Nr.	GE test	Rang 1	GC retest	Rang 2
1	23	17.5	22	14.5
2	24	20	30	23
3	17	5	15	1.5
4	19	10.5	17	5
5	18	8	22	14.5
6	20	12.5	30	23
7	27	21	19	10.5
8	18	8	30	23
9	23	17.5	23	17.5
10	20	12.5	16	3
11	17	5	23	17.5
12	15	1.5	18	8
Suma:		139		161

U=61

U _{cr}	
p≤0.01	p≤0.05
31	42

Tabelul A.4.6. Semnificațiile diferențelor pentru inițiativă și indendență, factorul expresivitate rezultatele grupului experimental și rezultatele grupului de control după testul U Mann-Whitney

Nr.	GE test	Rang 1	GC test	Rang 2
1	19	6.5	24	18
2	28	24	18	3.5
3	20	10.5	19	6.5
4	13	1.5	26	20.5
5	20	10.5	27	22.5
6	24	18	23	15.5
7	26	20.5	23	15.5
8	19	6.5	20	10.5
9	19	6.5	24	18
10	22	14	21	13
11	13	1.5	20	10.5
12	27	22.5	18	3.5
Suma:		142.5		157.5

U=64,5

U _{cr}	
p≤0.01	p≤0.05
31	42

Tabelul A.4.7. Semnificațiile diferențelor pentru autocontrol și anduranță, factorul expresivitate rezultatele grupului experimental și rezultatele grupului de control după testul U Mann-Whitney

Nr.	GE test	Rang 1	GC test	Rang 2
1	18	4.5	26	21.5
2	24	17.5	20	7.5
3	24	17.5	17	2
4	24	17.5	28	23.5
5	19	6	21	10
6	24	17.5	24	17.5
7	28	23.5	21	10
8	18	4.5	20	7.5
9	26	21.5	21	10
10	22	12.5	17	2
11	23	14	24	17.5
12	22	12.5	17	2
Suma:		169		131

U=53

U _{cr}	
p≤0.01	p≤0.05
31	42

Tabelul A.4.8. Semnificațiile diferențelor pentru capacitatea de atingere a scopului, factorul generalizare rezultatele grupului experimental și rezultatele grupului de control după testul U Mann-Whitney

Nr.	GE test	Rang 1	GC test	Rang 2
1	23	16	26	19.5
2	23	16	25	18
3	21	12.5	10	1
4	18	6.5	26	19.5
5	14	4	28	24
6	21	12.5	19	9.5
7	13	2.5	19	9.5
8	13	2.5	19	9.5
9	18	6.5	27	22
10	22	14	16	5
11	19	9.5	27	22
12	27	22	23	16
Suma:		124.5		175.5

U=46,5

U _{cr}	
p≤0.01	p≤0.05
31	42

Tabelul A.4.9. Semnificațiile diferențelor pentru curajul și capacitatea de a lua decizii, factorul generalizare rezultatele grupului experimental și rezultatele grupului de control după testul U Mann-Whitney

Nr.	GE test	Rang 1	GC retest	Rang 2
1	22	17	26	22.5
2	22	17	22	17
3	23	20.5	18	7.5
4	21	13.5	18	7.5
5	18	7.5	17	4
6	16	3	18	7.5
7	26	22.5	19	11.5
8	15	2	19	11.5
9	23	20.5	22	17
10	13	1	27	24
11	22	17	21	13.5
12	18	7.5	18	7.5
Suma:		149		151

U=71

U _{cr}	
p≤0.01	p≤0.05
31	42

Tabelul A.4.10. Semnificațiile diferențelor pentru perseverența și fermitatea, factorul generalizare rezultatele grupului experimental și rezultatele grupului de control după testul U Mann-Whitney

Nr.	GE test	Rang 1	GC test	Rang 2
1	23	14	25	17
2	24	15	34	24
3	22	12.5	17	2.5
4	21	9.5	30	21
5	17	2.5	25	17
6	27	19	20	7
7	29	20	19	5.5
8	21	9.5	22	12.5
9	18	4	33	22.5
10	21	9.5	33	22.5
11	19	5.5	25	17
12	21	9.5	14	1
Suma:		130.5		169.5

U=52,5

U _{cr}	
p≤0.01	p≤0.05
31	42

A.4.11. Semnificațiile diferențelor pentru inițiativă și indendență, factorul generalizare rezultatele grupului experimental și rezultatele grupului de control după testul U Mann-Whitney

Nr.	GE test	Rang 1	GC test	Rang 2
1	18	7	18	7
2	19	11	9	1
3	19	11	16	4.5
4	11	2.5	20	16.5
5	19	11	31	24
6	22	21	20	16.5
7	28	23	20	16.5
8	19	11	18	7
9	23	22	19	11
10	20	16.5	20	16.5
11	16	4.5	21	20
12	11	2.5	20	16.5
Suma		143		157

U=75

U _{cr}	
p≤0.01	p≤0.05
31	42

Tabelul A.4.12. Semnificațiile diferențelor pentru autocontrol și anduranță, factorul generalizare rezultatele grupului experimental și rezultatele grupului de control după testul U Mann-Whitney

Nr.	GE test	Rang 1	GC test	Rang 2
1	18	4.5	26	21.5
2	24	17.5	20	7.5
3	24	17.5	17	2
4	24	17.5	28	23.5
5	19	6	21	10
6	24	17.5	24	17.5
7	28	23.5	21	10
8	18	4.5	20	7.5
9	26	21.5	21	10
10	22	12.5	17	2
11	23	14	24	17.5
12	22	12.5	17	2
Suma:		169		131

U=53

U _{cr}	
p≤0.01	p≤0.05
31	42

Anexa 5. Programul de intervenții psihologice de dezvoltare a calităților volitive la preadolescenți
ȘEDINȚA 1

Exercițiu de prezentare a numelui

Timp: 15 min.

Scop: stabilirea contactului inițial, stimularea cunoașterii interpersonale

Elevii vor sta în cerc și vor spune pe rând numele pronunțând doar vocalele. Elevul care urmează va repeta numele colegului, apoi îl va spune pe al său. Jocul va continua, spunând numele doar cu consoane.

Exercițiu de cunoaștere

Timp: 20 min.

Scop: stimularea cunoașterii interpersonale, identificarea aspectelor personale forte vs slabe

Materiale: 15 hârtii cartonate, folie de staniol, carioci, scotch.

Elevii vor primi câte o foaie cartonată, folie de staniol și carioci. Vor lipi folia pe mijloc și vor desena portretul lor pe mijloc și își vor scrie numele lor în mijloc. În partea stângă de sus vor scrie la ce sunt buni. În partea dreaptă de sus vor nota ce experiențe deosebite au trăit. În partea stângă de jos vor scrie cu ce se confruntă sau ce le dă bătăi de cap. Iar în partea dreaptă de jos vor scrie ce vise au. După completarea acestor cartonașe elevii se vor plimba prin sală și vor discuta în grupuri de câte doi cele 4 aspecte de pe cartonașele lor. La final vor lipi cartonașele pe peretele sălii.

Analiza așteptărilor și a fricilor. Stabilirea regulilor

Timp: 20 min.

Scop: analiza așteptărilor, identificarea temerilor și obstacolelor, stabilirea regulilor

Materiale: două coli de hârtie A1, post-ituri, hârtie cartonată galbenă, foarfece, markere, lipici, bandă adezivă.

Se vor lipi orizontal două coli de hârtie A1 pe perete și elevii vor fi invitați să creeze o grădină. Mai întâi vor trebui să pună semințe în sol. Ei vor nota pe niște post-ituri sub forma unor semințe ce așteptări au și le vor lipi pe partea de jos a colii. Apoi pe alte post-ituri sub formă de pietre vor scrie care sunt fricile lor. Acestea vor fi lipite printre semințe. Elevii vor fi întrebați de ce este nevoie ca aceste semințe să crească. Astfel vom propune să creăm un soare, iar pe razele acestuia vom nota câteva reguli de urmat în cadrul activităților acestui program.

Prezentarea obiectivelor

Timp: 15 min.

Scop: conștientizarea beneficiilor formării și dezvoltării abilităților din programul propus

Materiale: coli A4 cu obiectivele, bandă adezivă.

Vom analiza ce ne dorim să obținem, în urma participării la activitățile din acest program. Vom întreba copiii „De ce credeți că e important să ne dezvoltăm voința? Cu ce ne ajută acest lucru?” Astfel, obiectivele vor fi notate pe niște coli A4 de hârtie sub forma unor tălpi. Acestea vor fi așezate pe jos. Vom ruga elevii să se plimbe prin sală și să citească obiectivele propuse. Apoi vor identifica care dintre obiectivele propuse sunt importante pentru ei. Apoi vom crea o cărare imaginară spre grădina cu așteptări și vom lipi tălpile cu obiectivele date.

Stabilirea regulilor: participanții vor fi rugați să enumere câteva reguli pentru o bună desfășurare a activității de grup. Li se pot oferi două exemple, care vor fi scrise pe o coală de hârtie. Ei vor fi încurajați să continue să scrie lista de reguli și pedepse, în cazul în care regulile nu vor fi respectate.

Prezentare scurtă despre voință și calitățile volitive.

Timp: 10 min.

Scop: informarea cu privire la tema programului terapeutic

Materiale: prezentare Power Point cu câteva informații de bază legate de voință

Facilitatorul va vorbi despre ce înseamnă voința și calitățile volitive.

Încheiere

Timp: 8 min.

Scop: stimularea exprimării verbale

Elevii vor fi rugați să facă câteva comentarii referitoare la activitate sau la ședință. Pot spune ceva ce au nevoie să spună cuiva din sală, oricărei persoane, să spună cum se simt în momentul prezent și să dea glas oricăror aprecieri, resentimente sau dorințe.

Anunțarea posibilității de desfășurare a unui joc la alegere „Căpitanul jocului este...”

Timp: 2-5 min.

Scop: stimularea inițiativei, stimularea abilităților de vorbire în public

Fiecare elev va avea posibilitatea să propună câte un joc pe toată desfășurarea programului. Astfel că toți copii vor trebui să se gândească la un joc preferat sau la unul nou, pe care să-l explice participanților și apoi să-l joace împreună. Ei vor putea consulta cărțile cu jocuri puse la dispoziție. La consemnul „Căpitanul jocului este...?”, cel care dorește să propună un joc va spune numele său.

ȘEDINȚA 2

Joc de salut

Timp: 10 min.

Scop: stimularea capacităților de interacțiune, stimularea abilităților de cunoaștere interpersonală

Copii se vor saluta între ei în timp ce se plimbă prin sală.

Consemn: „Acum sunteți copii mici. Salutați-vă între voi! Acum sunteți persoane bătrâne! Iar acum vă salutați precum regii!”

Discuție de grup

Timp: 10 min.

Scop: stimularea abilităților de exprimare verbală, conștientizarea trăirilor și gândurilor

Copiii sunt rugați să relateze pe rând trăirile lor prezente, de ce anume sunt conștienți în momentul de față și să spună câte ceva, dacă doresc, despre orice li s-a mai întâmplat de la ultima noastră întâlnire

O zi din viață

Timp: 40 min.

Scop: identificarea activităților din programul zilnic, evaluarea resurselor temporale alocate exercitării autocontrolului

Materiale: fișa cu programul zilnic, pix.

Elevii vor fi rugați să facă o radiografie a unei zile din viața lor. Ei vor completa tabelul, notând activitățile din programul lor de la trezire până la ora de culcare. Activitățile pe care le notăm cu 1, 3, 5- solicită autocontrolul. Apoi vor analiza cât timp își exersează autocontrolul (sunt concentrați și evită distragerile de orice fel) în timpul zilei.

Ora	Activitatea	Durata	În activitate sunt însoțit de: (colegi, părinți, bunici, profesor, frați, surori, prieteni)	Activitatea mă solicită: Fizic/ cognitiv/ emoțional	Activitatea Mă stimulează (1) Mă lasă rece (2) Mă ajută să mă adun (3) Mă indispuie (4) Mă face atent (5)

Căpitanul jocului este...”

Timp: 15 min.

Scop: stimularea inițiativei, stimularea abilităților de vorbire în public

Fiecare elev va avea posibilitatea să propună câte un joc pe toată desfășurarea programului. Astfel că toți copii vor trebui să se gândească la un joc preferat sau la unul nou, pe care să-l explice participanților și apoi să-l joace împreună. Ei vor putea consulta cărțile cu jocuri puse la dispoziție. La consemnul „Căpitanul jocului este..?”, cel care dorește să propună un joc va spune numele său.

Pizza

Timp: 15 min.

Scop: dezvoltarea coeziunii grupului

Elevii vor sta în cerc, cu fața spre spatele colegului. Ei se vor mișca ușor, în cerc. La consemnul adultului vor începe să facă pizza. Ei vor face aluatul, masând spatele colegului din fața lor. Apoi vor adăuga, pe rând ingredientele necesare (șuncă, roșii, ardei, ceapă, porumb, cașcaval), făcând mișcărilor unui pizzer. La final adultul va întreba dacă pizza conține anumite ingrediente, la care ei trebuie să răspundă cu *Da* sau *NU*. După ce au fost numite toate ingredientele din pizza, adultul va spune la finalul jocului: „Mi-e foame, vreau pizza”.

Încheiere

Timp: 5 min

Scop: stimulare exprimării verbale

Elevii își vor exprima opiniile cu privire la activitățile din cadrul ședinței. Vor enumera ce le-a plăcut și cum sau simțit. În același timp vor menționa și ce le-a plăcut mai puțin. Apoi copii își vor lua rămas-bun.

ȘEDINȚA 3

Salutul urmat de jocul „Gestul”

Timp: 10 min.

Scop: optimizarea intercunoașterii în cadrul membrilor grupului, exersarea atenției

Participanții stau în cerc. Fiecare participant, pe rând va face câte un gest. Cel din stânga lui îl va repeta, apoi va face gestul său. Jocul continuă până când ultimul copil din cerc va trebui să repete gesturile tuturor. Elevii identifică cine dintre participanți e câștigătorul, după părerea lor.

Harta drumului

Timp: 30 min.

Scop: stimularea abilităților de stabilire a scopurilor, stimularea capacității de autoanaliză

Materiale: o varietate de materiale din care ar putea alege- coli A4, A3, A1, creioane, carioci, , markere, stilouri.

Elevii vor alege colile de hârtie de care au nevoie. Se vor așeza în cerc cu foaia în față. Activitatea va începe cu un exercițiu de imaginație. Copiii vor fi rugați să-și închidă ochii și să vizualizeze lumea în culori, linii, forme și simboluri. Instructaj verbal: „Vizualizați cum v-ar plăcea să fie lumea voastră!”

Apoi fiecare elev va desena o hartă a drumului său în viață: indicând locurile bune, cele cu hârtoape sau barierele. „Arată pe hartă locurile unde ai fost și unde vrei să mergi! De unde vii și unde ai vrea să mergi. Ce te împiedică să ajungi acolo (blocaje, obstacole). De ce anume ai nevoie ca să ajungi acolo! Desenează situații și experiențe specifice (cum te simți sau cum ești și cum ți-ai dori să fii când vei fi mai mare)! Permite-i mâinii tale să se miște în voie pe hârtie și să facă ce dorește! Puteți folosi diverse culori, mai luminoase, mai închise sau terne, linii drepte, forme, linii curbe, mișcări ușoare, mișcări greoaie, mișcări lungi sau scurte, simboluri și oameni din linii și cercuri.”

Prezentarea desenelor. Lucrul cu eul real și eul viitor

Timp: 30 min.

Scop: activarea resurselor personale

Elevii vor prezenta pe rând desenele și vor explica ce reprezintă simbolurile sau formele folosite în desen. Se vor analiza emoțiile, gândurile, nevoile și comportamentele legate de experiențele din desen. Se va lucra pe metaforele prezente și se vor activa resursele fiecărui elev.

Pisicuța

Timp: 15 min.

Scop: dezvoltarea coeziunii grupului

Materiale: o minge

Participanții se vor așeza pe sol, în cerc. O minge va fi pasată de la unul la altul. În același timp jucătorii trebuie să își imagineze că sunt pisicuțe și trebuie să facă un gest pe care să-l transmită colegului din stânga. Se poate schimba direcția pasării mingii și a gestului.

Încheiere și rămas-bun

Timp: 5-10 min.

ȘEDINȚA 4

Baloanele

Timp: 10 min.

Materiale: 20 de baloane, markere

Scop: optimizarea intercunoașterii în cadrul membrilor grupului, dezvoltarea abilității de colaborare

Elevii vor umfla câte un balon și îi vor scrie numele pe el. Apoi vor părăsi sala. Adultul va amesteca locul baloanelor prin sală și îi va invita pe elevi înăuntru. Ei trebuie să-și găsească balonul cu numele lor cât de repede posibil. Se cronometrează timpul. La final oferim concluzia

conform căreia elevii care colaborează reușesc să găsească balonul mai repede, dacă ar fi colaborat.

Activități extracurriculare

Timp: 15 min.

Scop: identificarea activităților extracurriculare, practicate în prezent și în anii trecuți; evaluarea perseverenței.

Materiale: fișa de lucru

Elevii vor fi rugați să enumere activitățile cărora le-au alocat o perioadă semnificativă de timp, în afara orelor de curs. Poate fi orice fel de activitate, incluzând sporturi, activități artistice, alte activități extracurriculare, voluntariat, activități academice/de cercetare, hobby-uri. Dacă nu aveți o a doua sau a treia variantă, lăsați libere rândurile respective.

Activitate	Clasele	Realizări, abilități formate, premii, participări la concursuri

Dă-te înapoi!

Timp: 20 min.

Scop: identificarea strategiilor folosite în anumite situații-problemă, conștientizarea trăirilor personale

Jocurile corporale: pe măsură ce copiii se deconectează de la corpurile lor, ei nu se mai percep pe sine și pierd o mare parte din forța lor fizică și emoțională. Este nevoie de a-i ajuta să-și recâștige corpurile, să-și cunoască corpurile, să se simtă confortabil cu acestea și să învețe cum să le folosească din nou.

Este un joc care scoate în evidență atitudinea noastră în viață. Cu cât învățăm mai multe despre cum suntem în viață, cu atât putem alege căi noi de a fi, dacă modul în care suntem nu ne satisface așa cum am dori.

Doi copii stau față în față, la mai puțin de un braț distanță, cu picioarele bine înfipite în pământ, cam la un pas distanță unul de celălalt. Scopul jocului este să o dezechilibrezi pe cealaltă persoană. Pierde acela care mișcă sau ridică un picior. Două persoane pot încerca să facă asta doar printr-un contact palmă la palmă. Fiecare trebuie să țină palmele deschise și să-l împingă pe celălalt (cu ambele mâini în același timp sau cu o singură palmă), aplecându-se, ferindu-se, răsucindu-se, dar cu ambele picioare pe sol, fără să le miște. Este interesant să încercați acest joc cu parteneri diferiți: cu cineva mai înalt, mai scund, mai mare.

La finalul jocului se vor împărtăși strategiile folosite și sentimentele pe care le trăim în timp ce înfruntăm fiecare partener.

Joc de respirație

Timp: 15 min.

Scop: relaxarea și stimularea abilităților de respirație profundă

Elevii se vor așeza în cerc, pe scaune sau pe jos, în poziția lotus. Facilitatorul explică copiilor că respirația este un aspect important în privința conștientizării propriului corp. Pentru început, elevii își vor imagina că sunt urmăriți de un străin, care are o privire periculoasă. Într-o astfel de situație simțim că suntem înfricoșați și neliniștiți. Mersul este unul precipitat. Vom observa ce se întâmplă cu felul în care respirăm. Respirația devine destul de superficială. În acest fel, corpul nostru pierde o mare parte din capacitatea sa de funcționare. Așadar, exersarea respirației este importantă pentru o bună funcționare a corpului. Apoi, elevii își vor imagina că sunt pe o plajă. Cu toții vom inspira profund. Inspirăm și simțim briza mării. Este o zi însorită și simțim mirosul apei, simțim atingerile picăturilor de apă pe pielea noastră. Respirăm profund timp de 60 de secunde. Apoi, elevii vor fi invitați să compare respirația superficială cu cea profundă. Învățăm să simțim impactul respirației profunde în toate părțile corpului nostru și să observăm ușurința și căldura pe care le simțim în timp ce facem acest lucru. Apoi, elevii sunt rugați să-și imagineze o situație în care își țin respirația. A-ți ține respirația pentru unii înseamnă să fie protejați, ca de un scut, ca de o reținere a sinelui. Dar atunci când facem acest lucru, suntem și mai lipsiți de protecție. Încercăm să observăm deosebirea dintre ceea ce putem face atunci când ne ținem respirația și cât de multe putem face atunci când respirăm adânc. Ulterior, elevii vor fi invitați să discute despre diferența dintre ceea ce simțim atunci când respirăm adânc și ceea ce ne imaginăm că facem atunci când ne ținem respirația.

ȘEDINȚA 5

Jocul numelui

Timp: 10 min.

Scop: optimizarea intercunoașterii în cadrul membrilor grupului, exersarea atenției

Participanții stau în cerc. O persoană va sta în mijlocul cercului și va spune numele unei persoane din grup. Acea persoană, care și-a auzit numele va coborî în genunchi, iar cele două persoane care stau în vecinătatea acesteia trebuie să-și spună rapid numele. Cel care a zis ultimul numele colegului, va ieși din joc. Persoana care a stat în genunchi va veni în mijloc și va continua jocul.

Poezia „Visul meu”

Timp: 25 min.

Scop: stimularea abilităților de exprimare verbală scrisă, identificarea propriilor dorințe

Materiale: coli de hârtie, creioane, pixuri.

Afirmația verbală directă făcută de copil are o mare putere de a crește forța interioară. Astfel îi vom ruga pe copii să creeze niște poezii scurte, gen haiku. Un haiku este o poezie japoneză din trei, cinci sau șapte rânduri de câte cinci silabe fiecare. Vom propune elevilor să scrie câte o poezie de cinci rânduri, compusă: dintr-un cuvânt urmat de două cuvinte, care spun ceva despre primul cuvânt, urmate de trei cuvinte care spun și mai multe despre primul cuvânt, urmate de patru cuvinte care spun și mai multe despre primul cuvânt și un ultim rând în care primul cuvânt se repetă.

Exemplu:

„Rachete

Au ferestre

Merg în spațiu

Bărbați plutind în spațiu

Rachete.”

Jocul statuiilor

Timp: 15 min.

Scop: energizare și stimularea concentrării atenției

Materiale: o listă cu piese muzicale stocate pe un dispozitiv electronic, laptop, boxe.

În acest joc o persoană o învârt pe alta și atunci când îi dă drumul, aceasta îngheață în poziția respectivă. Apoi ceilalți jucători vor ghici ce reprezintă copilul statuie. O altă variațiune a acestui joc este atunci când copiii se mișcă pe băți de tobă sau muzică și atunci când muzica se oprește, ei îngheață în acea poziție.

Meditația

Timp: 20 min.

Scop: formarea abilităților de relaxare, stimularea abilităților de ascultare activă

Meditația este o altă tehnică prin care copilul învață să se relaxeze și îl aduce mai aproape de sine. Prin acest exercițiu copiii devin mai puternici, mai calmi și concentrați pe sine.

Iată o variație a unui exercițiu de Aikido:

„Stați în picioare, pe scaun, sau întindeți-vă pe jos, poziția nu este importantă. Închideți ochii. Inspirați de două ori adânc, lăsând aerul să iasă răsunând, de fiecare dată. Acum imaginați-vă că imediat deasupra capului vostru stă suspendată o minge de lumină. Ea nu vă atinge capul, doar plutește deasupra lui. Este rotundă și strălucitoare, plină de lumină și energie. Acum imaginați-

vă că din această minge ies raze de lumină și se îndreaptă către corpul vostru. Razele apar continuu, pentru că mingea de lumină are mai multă lumină decât îi trebuie și primește încontinuu energie luminoasă de la o altă sursă. Aceste raze sau fascicule de raze intră în corpul vostru prin cap. Intră ușor, fără nici un efort. Pe măsură ce fiecare rază intră, imaginați-vă că ea merge într-un loc anume din corpul vostru. Imaginați-vă o rază intrând prin cap, către brațul vostru stâng, în jos către degete și apoi ieșind prin vârfurile degetelor și intrând în podea. Altă rază coboară prin brațul vostru drept și iese în afara lui. Alta trece prin trunchiul vostru, prin spate, alta prin față, iar altele de-o parte și de alta a trunchiului. Una trece prin piciorul drept, alta prin piciorul stâng. Continuați să vă spălați corpul prin interior până când simțiți că este suficient. Vă simțiți bine, simțiți căldură în timp ce razele trec prin toate părțile corpului vostru. Atunci când vă săturați, deschideți încet ochii.”

Corul

Timp: 10 min.

Scop: dezvoltarea coeziunii grupului

Participanții vor fi împărțiți în câte două echipe. Ei vor trebui să cânte melodia imnului Europei „Odă bucuriei”, de L. V. Beethoven. Scopul este să interpreteze piese, pe sunete de animale. Copiii din primul grup vor fi pisici, iar al doilea câini. Adultul va fi dirijorul și va indica cu ajutorul mâinilor ce grup trebuie să cânte.

Încheiere și rămas-bun

Timp: 10 min.

ȘEDINȚA 6

Căpitanul jocului este...

Timp: 10 min.

Scop: stimularea inițiativei, stimularea abilităților de vorbire în public

Fiecare elev va avea posibilitatea să propună câte un joc pe toată desfășurarea programului. Astfel că ei vor trebui să se gândească la un joc preferat sau la unul nou, pe care să-l explice participanților. Ei vor putea consulta cărțile cu jocuri puse la dispoziție. La consemnul „Căpitanul jocului este..?”, cel care dorește să propună un joc va spune numele său.

Metoda Photolangage pe tema „Ce mi-aș dori să fiu și Ce nu mi-aș dori să fiu”

Timp: 20 min.

Scop: stimularea conștientizării dorințelor, exersarea abilităților de stabilire a scopurilor

Materiale: set de poze centrat pe proiecte de viitor

Metoda Photolangage este alcătuită dintr-un număr de fotografii grupate pe diferite teme. Alegerea fotografiilor după anumite cerințe are efectul de a încuraja comunicarea membrilor grupului.

Instructaj: „Vă rog să vă gândiți la ceea ce v-ar plăcea să se întâmple cu voi în viitor și la ceea ce nu v-ar plăcea să se întâmple, fără niciun dubiu. Veți primi mai multe seturi de poze. Priviți-le cu atenție și alegeți o imagine care corespunde cu ceea ce v-ar plăcea să se întâmple în viitor și una pentru ceea ce nu v-ar plăcea. Când v-ați hotărât, luați imaginile. Apoi, vă invit să prezentați imaginile alese și să exprimați ce considerați că rezonază cu voi, uitându-vă la ele. Ceilalți membri ai grupului, vor avea ocazia să exprime și ei ce observă în acele imagini.”

Colaj

Timp: 15 min.

Scop: stimularea conștientizării dorințelor, stimularea abilităților expresiv-creative

Materiale: pozele alese de elevi, coli de hârtie A1, markere, foarfeci, lipici.

Preadolescenții vor realiza un colaj de grup, cu ajutorul imaginilor alese de ei. Ei vor lipi imaginile pe o coală mare de hârtie și vor mai adăuga anumite detalii la acestea (forme, simboluri, cuvinte) pentru ca să personalizeze colajul în întregime.

Căutătorul de riscuri

Timp: 15 min.

Scop: dezvoltarea capacității de asumare a riscurilor

Încurajați elevii să găsească exemple de personaje din cărți sau filme care și-au asumat un risc, apoi să analizeze dacă „a meritat” sau nu să își asume acel risc.

Dezvoltați această activitate căutând povești despre oameni din viața reală, de la școală, din familie, de la știri; persoane care și-au asumat riscuri. Este foarte interesant să faceți legătura între acestea și o investigație în arborele dvs.genealogic, deoarece această legătură personală poate aduce conceptul de risc mai aproape de sinele fiecăruia.

Să-l cunoaștem pe Nick Vujicic

Timp: 10 min.

Scop: familiarizarea cu o experiență deosebită de viață, conștientizarea resurselor personale și a celorlalți.

Prezentarea experienței lui Nick Vujicic, persoană care s-a născut fără mâini și fără picioare. Se va prezenta un material video pe tema „Ramâi puternic”. Elevii își vor exprima propria opinie despre această persoană unică. (<https://www.youtube.com/watch?v=CfmAZb6EmlI>)

Citate amestecate

Timp: 15-20 min.

Scop: stimularea perseverenței, stimularea spiritului de echipă

Materiale: coli de hârtie cu citatele date, foarfece, coala de hârtie A3.

Elevii vor fi împărțiți în 4 grupuri și vor primi niște bucăți de hârtie cu fragmente din niște citate.

Ei vor trebui să le așeze într-o ordine corectă și să le assembleze pe o coală mai mare, apoi să facă un poster cu citatele descoperite.

Exemple de citate:

„Singurele persoane care nu dau greș niciodată sunt cele care nu încearcă niciodată.” (Ilka Chase, 1900-1978, actriță și romancieră)

„Obstacolele nu trebuie să te oprească. Dacă te lovești de un zid, nu te întoarce și nu renunța. Gândește-te la un mod de a-l urca, de a trece prin el sau a-l ocoli.” (Michael Jordan, jucător american de baschet)

„Mă gândesc și mă gândesc de luni și ani. De nouzeci și nouă de ori concluzia este falsă. A suta oară am dreptate.” (Albert Einstein, fizician)

„Succesul înseamnă a trece de la un eșec la altul fără a-ți pierde entuziasmul.” (Winston Churchill, prim-ministru)

Încheiere și rămas-bun

ȘEDINȚA 7

Încurcat în noduri

Timp: 5-10 min

Scop: dezvoltarea abilității de rezolvare de probleme

Acest joc este o metodă distractivă pentru a introduce tipul de gândire secvențială care ajută la rezolvarea problemelor. O persoană va sta cu spatele și va aștepta să se prindă toți participanții de mâini. Ceilalți se vor ține de mâini, într-un cerc și vor începe să se lege, răsucindu-se, întorcându-se sau strecurându-se pe sub brațe. Singura regulă este că nimeni nu trebuie să dea drumul mâinii celeilalte persoane. Se pot folosi și picioarele pentru a face bucle, dacă este o poziție stabilă. La sfârșit, persoana rămasă în afară trebuie să încerce să îi dezlege, căutând să găsească ordinea mișcărilor pentru a desface nodul.

Am o problemă

Timp: 15 min

Scop: dezvoltarea capacității de a lua decizii, stimularea gândirii creative

Primul pas în luarea unei decizii bune este să analizezi toate opțiunile. Acest joc încurajează preadolescenții să facă numai acest lucru.

Elevii vor fi împărțiți în 3 grupuri. Un jucător din fiecare grup se gândește la o situație-problemă, care ar putea fi serioasă sau comică- de exemplu, nu mai poți coborî dintr-un copac sau te-ai certat cu cel mai bun prieten. Apoi fiecare va oferi cât mai multe soluții. La sfârșit, fiecare persoană trebuie să aleagă ideea cea mai amuzantă la situația-problemă expusă, cea pe care a considerat-o cea mai inedită și cea mai rațională.

Sunt viu atunci când...

Timp: 20 min.

Scop: stimularea autoanalizei, activarea resurselor personale,

Materiale: coli de hârtie, creioane, carioci, markere.

Acest exercițiu este eficient în special cu preadolescenții care poate au nevoie să identifice și să intre în contact cu acel sentiment de a fi viu.

Elevii își vor imagina un moment din viață în care s-au simțit foarte vii, puternici sau extrem de fericiți. Apoi vor realiza un desen al propriei lor persoane, în care vor reprezenta părțile lor puternice, pline de viață. Îi vom încuraja pe copii să retrăiască acel moment și să-și amintească sentimentele, ce făceau și cum se simțeau corpurile lor. Apoi copiii vor fi rugați să se ridice și să se miște în orice fel doresc, pentru a exprima sentimentele pe care le au în acel moment.

Ce vreau?

Timp: 15 min.

Scop: dezvoltarea capacității de a stabili scopuri

Materiale: coli de hârtie, markere

Copii vor fi rugați să își stabilească singuri scopuri anuale, folosind următoarele întrebări care să îi ajute să le specifice:

- ✓ Patru lucruri pe care vreau să le fac singur anul viitor?
- ✓ Patru lucruri pe care le doresc pentru familia mea?
- ✓ Patru lucruri pe care le doresc pentru lume?

CE VREAU...

Stabiliți câte 4 scopuri anuale:

4 lucruri pe care vreau să le fac singur anul viitor	4 lucruri pe care le doresc pentru familia mea	4 lucruri pe care le doresc pentru lume

--	--	--

Pentru ultimele două categorii, încurajați copiii să recunoască propria lor putere de a schimba lucrurile. Sunt câteva lucruri mici în aparență pe care ar putea să le facă pentru a ajuta la îndeplinirea acestor scopuri.

Câteva informații despre scopurile bune:

- Sunt specifice- să explice foarte clar ceea ce dorește să obțină.
- Ușor de organizat- împărțite în pași mici care pot fi făcuți.
- Scrise- asta le face mai reale.
- Flexibile- uneori scopul s-ar putea să fie adaptat în lumina lucrurilor care se întâmplă.
- Stabiliți o perioadă de încheiere- cu o dată-limită care să aibă rolul de stimulent pentru a le îndeplini.
- Un proces pe toată durata vieții.

„Nu ești prea bătrân pentru a stabili încă un țel sau pentru a visa un nou vis.” (C.S. Lewis, prozator)

O lume trăsnită

Timp: 10 min.

Scop: stimularea abilităților de ascultare concentrată, dezvoltarea coeziunii de grup, îmbunătățirea memoriei

Primul jucător începe cu „În lumea mea trăsnită...”, după care adaugă un fapt simplu cum ar fi „cerul este verde ca jadul”. Următorul repetă acest lucru, după care adaugă o a doua descriere, să zicem „În lumea mea trăsnită cerul este verde ca jadul și pisicile stăpânesc toate supermarketurile”. Continuați până când, în cele din urmă, un jucător renunță.

Poveste terapeutică

Timp: 15 min.

Scop: conștientizarea propriilor resurse, dezvoltarea capacității de a lua decizii, stimularea curajului și a inițiativei, stimularea abilităților de rezolvare a unei situații problemă, exersarea autocontrolului

Materiale: povestea „A învinge un bătaș”, din cartea „101 de povești vindecătoare pentru copii și adolescenți”, p. 393-396, sau „Povestea lui Ulysse”.

Povestea lui Ulysse

„De mai mult timp, Ulysse se pregătea să plece într-o călătorie care să-i schimbe viața. El a studiat mai multe limbi străine, precum și hărți care să-i arate diferite zone ale lumii. Locul de destinație era mai puțin important, ceea ce-l interesa cu adevărat, era să plece.

Dificultățile au început să apară în momentul în care s-a prezentat la o agenție de turism pentru a-și rezerva un bilet de avion. Bărbatul de la ghișeu i-a pus mai multe întrebări obișnuite pentru a afla locul și momentul când vrea să plece.

- Eu nu vreau să merg în Mexic, în Grecia sau în Italia.

- Unde vreți atunci să mergeți? l-a întrebat funcționarul de la ghișeu.

- În mod sigur, nu vreau să merg în Anglia, în Australia și nici în Germania.

- Pe mine nu mă interesează unde nu vreți să mergeți, zise funcționarul din ce în ce mai nerăbdător. „Pe noi ne interesează unde ați vrea să plecați în călătorie”.

- Nu mă interesează nici Spania sau Portugalia, nici India sau Rusia, zise Ulysse.

În acel moment își dădu seama de impasul său și se întoarse acasă. În acea noapte a avut un vis; se făcea că se afla într-un aeroport și privea plecarea mai multor avioane. Deodată îi apărură în fața ochilor marele Lindberg, primul pilot care a traversat oceanul Atlantic în 1927 și care îi adresă următoarele cuvinte: „Avioanele sunt pregătite să zboare, nu contează unde. Pilotul este acela care decide locul unde va ateriza aparatul”. (adaptare după Pașca, M. D., 2004, p. 247-248)

Temă:

1. Citește cu atenție povestea.
2. Compune sfârșitul poveștii, alegând o țară de destinație pentru Ulysse. Scrie minim 5 rânduri.

Încheiere și rămas-bun

ȘEDINȚA 8

Joc de salut „Sunt ca...”

Timp: 10 min.

Scop: stimularea autocunoașterii, stimularea gândirii creative

Se va juca în perechi. Copiii își vor pune unul altuia o întrebare de tipul următor: „Ce animal/culoare-instrument muzical/articol de îmbrăcăminte/tip de aliment îți seamănă? De ce?

Concentrează-te

Timp: 10 min.

Scop: dezvoltarea nivelului de perseverență

Materiale: premiu sub forma unei bomboane.

Vor fi aleși trei voluntari, care vor ieși din sală. Ceilalți vor avea consemnul ca la intrarea primului copil- să-l ignore pe acesta, pe cel de-al doilea îl vor critica, iar când va intra al treilea copil, vor face mult zgomot. Voluntarii vor primi câte o provocare: de a interpreta un cântec, de a recita o poezie sau să vorbească timp de un minut pe un anumit subiect. Dacă persoana căreia i-a fost adresată provocarea o îndeplinește până la capăt, primește premiul.

Exercițiu psihodramatic „Repetiția lineară”

Timp: 25 min.

Scop: de a identifica nivelul de inițiativă și autonomie, ce strategii folosesc atunci când li se pun limite sau nu sunt susținuți în acțiunile lor.

Consemn: „Vă veți împărți în perechi și vă veți alege rolurile, unul va fi X, iar celălalt Y. În prima etapă X va spune *Da*, iar Y va răspunde *NU*. Replicile se pot spune cu intonații diferite, scopul fiind de a-l convinge pe partenerul dvs. Observați cu atenție ce se petrece în interiorul dvs. atunci când spuneți *Da* sau *NU*...Apoi veți schimba rolurile: cine a spus *Da*, acum va spune *Nu* și invers. Ce vi se pare mai ușor să spuneți? Împărtășiți experiențele dvs în cadrul discuțiilor în pereche.

Partea a doua a exercițiului constă în crearea de noi perchi și veți spune, pe rând următoarele replici: *Eu vreau asta (X)-Nu o poți avea (Y)*, mimând diferite stări emoționale. Observați și de data aceasta ce se petrece în interiorul dvs. Ce simțiți atunci când vă exprimați voința și primiți un refuz? Dar atunci când îl refuzați voi pe partenerul dvs? Ce amintiri sau ce imagini vă vin în minte? Apoi, participanții vor inversa rolurile. La final, vă propun să discutați între voi despre ce ați simțit în decursul jocului.

În partea a treia a exercițiului, vă veți alege noi parteneri de diadă și unul din pereche va spune *Pot să fac asta....*și celălalt va răspunde cu *Ba nu, nu poți*. Observați, cu atenție ce se petrece și de data aceasta în interiorul dvs. Care sunt stările emoționale trăite, ce fel de imagini vă vin prin minte acum? Inversați rolurile și observați cum vă este acum să susțineți cealaltă perspectivă. Împărtășiți-vă experiențele trăite.

Expresii care încântă, expresii care rănesc

Timp: 20 min

Scop: stimularea autocontrolului, conștientizarea expresiilor faciale plăcute și mai puțin plăcute

Materiale: videoproiector, secvențe din filmele pentru copii.

Ca material pot fi folosite înregistrări ale unor secvențe din filmele pentru copii difuzate de canalele de specialitate. Se știe că unele filme pentru copii, în special cele inspirate din cultura americană, nu sunt întotdeauna un model pentru expresii plăcute. Copii au tendința de a imita comportamente ironice și uneori disgrațioase, fără să conștientizeze efectul acestora asupra sentimentelor celor din jur. Copiilor li se cere să fie detectivi a expresiilor ce rănesc și ai expresiilor care încântă. Pentru aceasta vor primi două fișe, pe care vor înregistra cele două categorii. În final vor stabili ce tip de expresie are ponderea cea mai mare, dacă ei au utilizat astfel de formulări și dacă și-au pus problema efectului pe care acestea le pot avea asupra celorlalți și asupra relațiilor pe care le au cu cei din jur.

Atomi și molecule

Timp: 10 min.

Scop: joc de energizare, dezvoltarea coeziunii grupului, dezvoltarea concentrării atenției

Participanții se vor mișca liber prin sală, precum niște atomi și molecule. La consemnul adultului se vor forma grupuri în funcție de numărul pronunțat, fie 2,4,6. Cine nu a găsit un grup va fi eliminat. Ultimii doi participanți rămași în joc vor fi câștigători.

Modele de perseverență

Timp: 15 min.

Scop: dezvoltarea nivelului de perseverență

Materiale: coli de hârtie cu informații despre personalități perseverente (T. Edison, J.K.Rawling, W.A.Mozart, A.Lincoln, W.Disney, S.Spielberg).

Există numeroase modele de perseverență pe care copiii le-ar putea urma- vedete sportive, actori, oameni de știință, cântăreți și politicieni. Elevii vor lucra câte doi și vor extrage una din colile de hârtie, din cele puse la dispoziție, cu informații despre niște personalități impresionante. Ei vor citi cu atenție informațiile din viața acelor personalități și își vor expune punctul de vedere în legătură cu viețile și experiențele acestor personalități

Încheiere și rămas-bun

ȘEDINȚA 9

Joc de salut

Timp: 10 min.

Scop: stimulare corporală, stimularea imaginației

Le vom sugera copiilor să realizeze diferite tipuri de mers: să-și imagineze că merge pe gheață, pe nisip fierbinte, pe nisipuri mișcătoare, prin ploaie, pe iarbă plină de rouă

Ce faci dacă...?

Timp: 20 min.

Scop: dezvoltarea curajului, stimularea independenței și a capacității de soluționare a problemelor; dezvoltarea capacității de a lua decizii

Materiale: bilețele cu întrebările date, markere, coli de hârtie

Este un joc care dezvoltă curajul, independența, creativitatea, gândirea divergentă și soluționarea problemelor. Copii vor fi împărțiți în 4 grupuri. Fiecare grup va primi câteva întrebări scrise pe bilețele și va trebui să găsească soluții pentru diverse situații problematice.

Exemple de întrebări:

„Ce faci dacă ai rămas blocat la o cabană pe munte?”

„Ce faci dacă ai rămas blocat în lift?”

„Ce faci dacă ești singur într-un oraș străin și vrei să ajungi acasă?”

„Ce faci dacă un prieten de-al tău e atacat de câine?”

„Ce faci dacă amicul tău vrea să fure ceva din magazin?”

„Ce faci dacă ai plecat într-o excursie și ai uitat pachetul și banii de buzunar acasă?”

„Ce faci dacă vezi pe stradă un individ care chinuie o pisică?”

„Ce faci dacă prietenii tăi cu cineva e condiționată de folosirea tutunului sau alcoolului, iar tu ești împotriva folosirii acestor substanțe?”

„Ce faci dacă observi că amicii tăi vor să vandalizeze o mașină din parcare?”

„Ce faci dacă ești într-o tabără, iar colegii tăi vor să tundă un alt coleg care doarme?”

„Ce faci dacă sora ta mai mică a fost jignită verbal de un coleg de clasă?”

„Ce faci dacă prietenii tăi îți spun să o închizi pe sora ta în baie și să ieși afară cu ei?”

Dramatizare

Timp: 30 min.

Scop: exersarea abilităților de interpretare a unui rol, conștientizarea trăirilor altor persoane, stimularea capacităților de interacțiune în grup.

Fiecare grup va alege una din situațiile problemă propuse la exercițiul precedent, pentru a o dramatiza. La sfârșitul fiecărei dramatizări se va discuta cum se simt, ce gândesc și cum acționează în situații de acest gen.

Care este amenințarea

Timp: 10 min.

Scop: conștientizarea emoțiilor, exersarea atenției.

Observăm care sunt tentațiile din viețile noastre: gogoșa, țigara, internetul ispititor, jocurile de computer, telefonul mobil. De fapt, impulsul vine din interiorul nostru. Sunt gândurile, dorințele, emoțiile și impulsurile noastre interioare. Trebuie să identificăm care este gândul sau sentimentul

ce vă determină să vreți să faceți lucrul de la care vreți, de fapt, să vă abțineți? Dacă nu sunteți siguri de răspuns, încercați să vă observați în acțiune. Data viitoare când sunteți tentați, îndreptați-vă atenția spre interior.

Să scriem frumos

Timp: 15 min.

Scop: dezvoltarea perseverenței, stimularea concentrării atenției

Materiale: Un text prezentat la videoproiector, videoproiector.

Copiii vor fi împărțiți în două grupuri. Un grup va scrie cu mâna dreaptă, iar celălalt cu mâna stângă. Ambele grupuri vor scrie cât mai frumos cu putință, ordonat, lizibil textul următor. Ei vor avea 5 minute la dispoziție. În timpul exercițiului adultul va merge în fața videoproiectorului, va face zgomot și va modifica poziția proiectorului. La sfârșitul exercițiului se va discuta ce au constatat copiii, în ce condiții ar fi putut avea un rezultat mai bun, ce pot învăța de pe urma acestei experiențe?

Exerciții pentru dezvoltarea voinței pe care le pot practica și în afara programului:

- Să scriem cu mâna opusă și să deschidem ușa cu mâna opusă;
- Să mergem drept;
- Să evităm înjurăturile;
- Să vorbim în propoziții complexe.

Încheiere și rămas-bun

ȘEDINȚA 10

1, 2, 3

Timp: 10 min.

Scop: joc de energizare, dezvoltarea coeziunii grupului

Participanții formează echipe a câte doi. Primul copil va spune „Unu”, iar al doilea „Doi”, urmând ca primul să zică „Trei”. Treptat în locul cifrei doi se va bate din palme. Apoi în locul cifrei trei se va face o genoflexiune, iar în locul cifrei unu se va produce un sunet de animal. După ce vor exersa de câteva ori acest joc, elevii, din fiecare echipă, vor prezenta pe rând jocul dat.

Cine este câștigătorul?

Timp: 20 min.

Scop: exersarea abilității de a rezolva probleme, conștientizarea resurselor interioare

Materiale: buline roșii, albastre și galbene.

Copiii vor fi împărțiți în trei grupuri. Primul grup va primi buline roșii și va trebui să se întindă pe masă. Grupul al doilea va primi buline albastre și se va întinde pe scaune. Grupul al treilea va primi buline galbene și va fi întins pe jos. La consemnul adultului cele trei echipe vor trebui să atingă tavanul. Ei vor lucra individual sau în grup pentru a îndeplini cerința.

Discuție: Cine este adevăratul câștigător? Cel care era așezat mai aproape de tavan sau cel care era așezat mai departe. Cine a trebuit să depună un efort mai mare?

Repetă de la coadă la cap

Timp: 15 min.

Scop: stimularea abilităților de ascultare activă, stimularea atenției și memoriei

Jocul poate lua forme diferite, având grade de dificultate distincte. Astfel sarcina poate fi de a repeta un cuvânt de la sfârșit la început. Pot fi folosite și numere, de exemplu „89” va fi spus invers, adică „98”. Numerele pot fi din ce în ce mai mari. Se pot folosi și propoziții. De exemplu „Ana are mere”, va deveni „Mere are Ana”.

Sunt un copil puternic pentru că...

Timp: 15 min.

Scop: stimularea autoanalizei, conștientizarea propriilor resurse, anduranței și autocontrolului

Materiale: bilețele cu fraze

Jocul are rolul de a le arăta copiilor adevăratele valori în relație cu propria persoană și cu alții din jur. Totodată se dorește îndemnarea copiilor spre astfel de valori, în detrimentul modelelor promovate în mass-media sau în cercul de prieteni. Copiii primesc bilețele cu mai multe fraze de genul : „Băieții puternici pun preț pe calitățile oamenilor, și nu pe forța fizică a acestora; „Fetele puternice își cunosc calitățile, dar și defectele, și știu ce ar putea să corecteze la propria persoană”; „Băieții puternici nu vor râde de alți copii mai slabi decât ei”; „Fetele puternice pot fi sincere cu ele însele și când câștigă și când pierd”. Copiii vor citi cu atenție frazele, le vor analiza, vor stabili care li se potrivesc și vor argumenta cu exemple concrete sau vor menționa dacă le-ar plăcea să dezvolte astfel de calități. Copiii pot fi ajutați de către adult să găsească cele mai bune mijloace de a deveni și mai puternici.

Planificarea petrecerii

Timp: 15 min.

Scop: exersarea abilităților de planificare a acțiunilor

Materiale: coli de hârtie, pixuri

La finalul programului terapeutic va fi organizată o petrecere. Petrecerea este pentru copii și este unul din cele mai importante momente din cadrul acestui program. Ei vor fi întrebați „Ce mâncare sau băutură ați vrea să fie servită? Ce ați vrea să facem?” „Ați dori să purtați ceva

special?”. Se va face un brainstorming. Ei vor stabili împreună cu facilitatorul toate detaliile de organizare. Se vor numi responsabili pentru activitățile propuse din cadrul petrecerii. Copii responsabili vor face un plan pentru pregătirea lucrurilor necesare pentru petrecere.

Celebrarea este un imbold suplimentar care contribuie în mod semnificativ la motivarea copiilor a învăța noi abilități. Ea nu trebuie privită ca răsplată, ci ca un eveniment social important care marchează un pas în maturizarea copiilor.

ȘEDINȚA 11

Degetele

Timp: 10 min.

Scop: joc de energizare, exersarea rapidității în acțiune, dezvoltarea distributivității atenției

Participanții stau în cerc. Ei vor ține mâna dreaptă strânsă în pumn și vor avea degetul mare ridicat în sus. Iar mâna stângă va fi ținută cu palma în jos, având degetul colegului sub ea. La consemnul adultului trebuie să prindem cu mâna stângă degetul colegului din stânga și să ferim degetul drept pentru a nu fi prin, la rândul lui, de colegul din dreapta. Cel care a fost prins de deget va ieși din joc. Jocul continuă până rămân doi jucători.

Vizionarea unui film la alegere

Timp: 1 h și 30 min

Scop: identificarea calităților volitive ale personajelor, conștientizarea propriilor resurse

Materiale: lista cu filme, filmele stocate pe un dispozitiv electronic, videoproiector

Filme la alegere:

-  Wonder, 2017
-  Rush, 2013
-  Borg vs McNroe, 2017
-  127 Hours, 2010
-  The pursuit of happiness, 2006
-  Cast away, 2000
-  WALL-E, 2008
-  Good Will Hunting, 1997
-  Invictus, 2009
-  Rocky, 1976
-  Whiplash, 2014
-  Joy, 2015
-  Unbroken, 2014

Discuții

Timp: 10 min.

Scop: stimularea abilităților de exprimare orală, conștientizarea propriilor resurse

Elevii vor face anumite comentarii în legătură cu filmul vizionat. Ei vor fi încurajați să identifice calitățile personajelor, să spună ce le-a plăcut cel mai mult la aceste personaje și la întâmplările din film. Facilitatorul le va întreba dacă ar putea învăța ceva din acest film.

Încheiere și rămas-bun

ȘEDINȚA 12

Căpitanul jocului este...

Timp: 10 min

Scop: stimularea inițiativei, stimularea abilităților de vorbire în public

Fiecare elev va avea posibilitatea să propună câte un joc pe toată desfășurarea programului. Astfel că ei vor trebui să se gândească la un joc preferat sau la unul nou, pe care să-l explice participanților. Ei vor putea consulta cărțile cu jocuri puse la dispoziție. La consemnul „Căpitanul jocului este..?”, cel care dorește să propună un joc va spune numele său.

Explorarea beneficiilor

Timp: 15 min.

Scop: evaluarea abilităților formate și dezvoltate, analiza beneficiilor acestor abilități

Materiale: post-aturi sub formă de flori, markere.

Elevii vor fi rugați să se gândească la abilitățile sau calitățile pe care le-au dezvoltat în urma participării la acest program. Ei vor analiza de ce sunt utile anumite abilități. Conștientizarea beneficiilor unei abilități este o sursă de motivație importantă. Printre avantajele care au sens semnificativ pentru copii, pot fi cele legate de crearea unor relații noi, unii pot deveni mai populari printre prieteni, unii sunt lăudați mai des de părinți că realizează mai bine anumite responsabilități sau bucuria de a practica activitățile preferate. Toate beneficiile și abilitățile formate se vor nota pe post-aturi și se vor lipi pe „Grădina” de pe perete, care a dat roade. Ei vor desena plantele și vor lipi post-iturile în partea de sus a colii de pe perete. Dacă consideră că au dispărut anumite obstacole din viața lor, ei vor fi rugați să îndepărteze pietrele din partea de jos a colii.

Dentistul

Timp: 10 min.

Scop: joc de energizare

Participanții stau jos, în cerc și se țin de brațe. Un copil va fi dentistul și va sta în afara cercului. El trebuie să se plimbe în jurul cercului și se încerce să scoată „un dinte”. Cine a fost scos va fi eliminat din joc. Copilul care nu a fost scos, va deveni dentist și va continua jocul. Vor câștiga ultimii trei participanți care rămân în joc.

Exercițiu de relaxare și respirație

Timp: 10-15 min.

Scop: formarea abilităților de relaxare, stimularea abilităților de ascultare activă

Copiii, la fel de mult ca și adulții, au nevoie de ajutor în a exersa cum să se relaxeze. Copiii își încordează mușchii, devin tensionați, suferă de dureri de cap și de stomac, se simt obosiți și copleșiți de programul încărcat pe care îl au. Tensiunea fizică și emoțională este uneori exprimată printr-un comportament care, la suprafață, pare irațional. Faptul de a-i ajuta pe copii să se relaxeze le poate ușura tensiunea și adesea îi ajută să exprime sursa tensiunii.

Elevii se vor așeza confortabil și vor asculta următoarele indicații:

„Haideți să închidem ochii. Acum, încordați-vă toți mușchii din corp în același timp. Picioare, brațe, maxilare, pumni față, umeri, stomac. Țineți-le strânse. Acum relaxați-vă și simțiți tensiunea cum curge în afara corpului și minții voastre...cum se înlocuiește tensiunea cu energie calmă, pașnică...lăsând fiecare inspirație să aducă liniște și relaxare...”

Sărbătoarea și mulțumirea

Timp: 40 min.

Scop: valorizarea și confirmarea rezultatelor obținute în cadrul programului, exersarea abilității de mulțumire.

Materiale: coli de hârtie, markere, farfurii, pahare, băuturi răcoritoare și dulciuri

Vom organiza o mică petrecere la finalul activității. Elevii vor fi invitați să scrie mici declarații de mulțumire. Ei pot fi ajutați de întrebările: „Cine sau ce te-a ajutat să înveți o anumită abilitate?” „Cum te-au ajutat cei din jur?” și „Cum ai vrea să le mulțumești?”. Sunt în trebări care îi ajută pe copii să conștientizeze modul în care ceilalți oameni au contribuit la creșterea și maturizarea lor. Recunoștința față de susținători este o componentă importantă în confirmarea socială a schimbării, o perioadă de manifestare a respectului față de toți cei care au făcut posibil ca un copil să facă acel pas important în dezvoltarea sa.

Anexa 6. Semnificațiile diferențelor pentru variabilele cercetării pentru demersul formativ (rezultatele grupului experimental test / retest, rezultatele grupului de control test / retest, rezultatele grupului experimental retest și rezultatele grupului de control retest) după testul Wilcoxon și după testul U Mann-Whitney

Tabelul A. 6.1. Semnificațiile diferențelor pentru autoaprecierea voinței între rezultatele preadolescenților din GE test și cele ale preadolescentelor din GE retest după testul Wilcoxon

Nr.	GE/test Xi	GE/retest Yi	Diferențele între cotele obținute Xi-Yi	Modulul diferenței	Rangul diferenței
1.	12	22	10	10	11.5
2.	17	18	1	1	1.5
3.	12	20	8	8	9.5
4.	10	14	4	4	5
5.	10	14	4	4	5
6.	10	18	8	8	9.5
7.	12	14	2	2	3
8.	12	19	7	7	8
9.	12	16	4	4	5
10.	14	20	6	6	7
11.	14	15	1	1	1.5
12.	14	24	10	10	11.5
Suma rangurilor netipice					9

T= 9

Semnificațiile critice

Tcr	
0.01	0.05
7	13

Tabelul A. 6.2. Semnificațiile diferențelor pentru perseverență între rezultatele preadolescenților din GE test și cele ale preadolescentelor din GE retest după testul Wilcoxon

Nr.	GE/test Xi	GE/retest Yi	Diferențele între cotele obținute Xi-Yi	Modulul diferenței	Rangul diferenței
1	2.5	4.125	1.625	1.625	10
2	3.25	3.125	-0.125	0.125	1
3	2.5	2.875	0.375	0.375	3.5
4	2	2.375	0.375	0.375	3.5
5	1.625	2.5	0.875	0.875	8
6	2.375	2.875	0.5	0.5	5.5
7	2.875	2.875	0	0	0
8	1.625	4	2.375	2.375	11
9	2.875	3.75	0.875	0.875	8

10	3	2.75	-0.25	0.25	2
11	3.5	4	0.5	0.5	5.5
12	3.125	4	0.875	0.875	8
Suma rangurilor netipice:					3

T= 3

Semnificațiile critice

Tcr	
0.01	0.05
7	13

Tabelul A. 6.3. Semnificațiile diferențelor pentru perseverență și fermitate, factorul expresivitate între rezultatele preadolescenților din GE test și cele ale preadolescentelor din GE retest după testul Wilcoxon

N	GE/test Xi	GE/retest Yi	Diferențele între cotele obținute Xi-Yi	Modulul diferenței	Rangul diferenței
1	23	25	2	2	4
2	24	25	1	1	2.5
3	17	23	6	6	11
4	19	22	3	3	5.5
5	18	22	4	4	8
6	20	24	4	4	8
7	27	27	0	0	1
8	18	33	15	15	12
9	23	24	1	1	2.5
10	20	24	4	4	8
11	17	20	3	3	5.5
12	15	20	5	5	10
Suma rangurilor netipice					1

T = 1

Semnificațiile critice

Tcr	
0.01	0.05
7	13

Tabelul A. 6.4. Semnificațiile diferențelor pentru inițiativă și independență, factorul expresivitate între rezultatele preadolescenților din GE test și cele ale preadolescentelor din GE retest după testul Wilcoxon

N	GE/test Xi	GE/retest Yi	Diferențele între cotele obținute Xi-Yi	Modulul diferenței	Rangul diferenței
1	19	22	3	3	4

2	28	18	-10	10	9
3	20	20	0	0	0
4	13	20	7	7	8
5	20	21	1	1	1.5
6	24	29	5	5	6
7	26	28	2	2	3
8	19	31	12	12	11
9	19	25	6	6	7
10	22	21	-1	1	1.5
11	13	24	11	11	10
12	27	31	4	4	5
Suma rangurilor netipice:					10.5

T = 10.5

Semnificațiile critice

Tcr	
0.01	0.05
7	13

Tabelul A. 6.5. Semnificațiile diferențelor pentru perseverență și fermitate, factorul generalizare între rezultatele preadolescenților din GE test și cele ale preadolescentelor din GE retest după testul Wilcoxon

Nr.	GE/test Xi	GE/retest Yi	Diferențele între cotele obținute Xi-Yi	Modulul diferenței	Rangul diferenței
1	23	23	0	0	0
2	24	20	-4	4	6
3	22	26	4	4	6
4	21	24	3	3	3.5
5	17	27	10	10	10.5
6	27	30	3	3	3.5
7	29	28	-1	1	1
8	21	27	6	6	8
9	18	27	9	9	9
10	21	23	2	2	2
11	19	23	4	4	6
12	21	31	10	10	10.5
Suma rangurilor netipice:					7

T= 7

Semnificațiile critice

Tcr	
0.01	0.05
7	13

Tabelul A. 6.6. Semnificațiile diferențelor pentru conștiinciozitate între rezultatele preadolescenților din GE test și cele ale preadolescentelor din GE retest după testul Wilcoxon

Nr.	GE/test Xi	GE/retest Yi	Diferențele între cotele obținute Xi-Yi	Modulul diferenței	Rangul diferenței
1	53	58	5	5	8
2	61	58	-3	3	4
3	58	63	5	5	8
4	43	43	0	0	0
5	32	41	9	9	10
6	49	52	3	3	4
7	38	43	5	5	8
8	54	58	4	4	6
9	57	58	1	1	1
10	48	46	-2	2	2
11	37	34	-3	3	4
12	46	65	19	19	11
Suma rangurilor netipice:					10

T = 10

Semnificațiile critice

Tcr	
0.01	0.05
7	13

Tabelul A. 6.7. Semnificațiile diferențelor pentru autonomie între rezultatele preadolescenților din GE test și cele ale preadolescentelor din GE retest după testul Wilcoxon

Nr.	GE/test Xi	GE/retest Yi	Diferențele între cotele obținute Xi-Yi	Modulul diferenței	Rangul diferenței
1	52	60	8	8	8.5
2	50	53	3	3	2
3	68	85	17	17	12
4	50	54	4	4	4
5	42	50	8	8	8.5
6	37	40	3	3	2
7	33	40	7	7	6.5
8	43	52	9	9	10.5
9	46	53	7	7	6.5
10	44	53	9	9	10.5
11	47	50	3	3	2

12	46	51	5	5	5
Suma rangurilor netipice:					0

Semnificațiile critice

Tcr	
0.01	0.05
7	13

Tabelul A. 6.8. Semnificațiile diferențelor pentru capacitatea de atingere a scopului, factorul generalizare între rezultatele preadolescenților din GC test și ale preadolescentelor din GC retest după testul Wilcoxon .

N	GE/test Xi	GE/retest Yi	Diferențele între cotele obținute Xi-Yi	Modulul diferenței	Rangul diferenței
1	26	20	-6	6	6.5
2	25	13	-12	12	10
3	10	19	9	9	9
4	26	18	-8	8	8
5	28	15	-13	13	11
6	19	18	-1	1	2
7	19	18	-1	1	2
8	19	18	-1	1	2
9	27	25	-2	2	4
10	16	13	-3	3	5
11	27	27	0	0	0
12	23	17	-6	6	6.5
Suma rangurilor netipice:					9

T = 9

Semnificațiile critice

Tcr	
0.01	0.05
7	13

Tabelul A. 6.9. Semnificațiile diferențelor pentru perseverență și fermitate factorul generalizare între rezultatele preadolescenților din GC test și ale preadolescentelor din GC retest după testul Wilcoxon .

N	GE/test Xi	GE/retest Yi	Diferențele între cotele obținute Xi-Yi	Modulul diferenței	Rangul diferenței
1	25	22	-3	3	4
2	34	18	-16	16	10
3	17	17	0	0	0

4	30	23	-7	7	8
5	25	19	-6	6	7
6	20	21	1	1	1.5
7	19	18	-1	1	1.5
8	22	19	-3	3	4
9	33	24	-9	9	9
10	33	16	-17	17	11
11	25	28	3	3	4
12	14	19	5	5	6
Suma rangurilor netipice:					11.5

T = 11.5

Semnificațiile critice

Tcr	
0.01	0.05
7	13

Tabelul A. 6.10. Semnificațiile diferențelor pentru amabilitate între rezultatele preadolescenților din GC test și ale preadolescentelor din GC retest după testul Wilcoxon

N	GE/test Xi	GE/retest Yi	Diferențele între cotele obținute Xi-Yi	Modulul diferenței	Rangul diferenței
1	59	53	-6	6	7
2	48	63	15	15	9.5
3	44	44	0	0	0
4	47	49	2	2	3.5
5	42	44	2	2	3.5
6	54	55	1	1	1.5
7	44	45	1	1	1.5
8	27	51	24	24	11
9	48	55	7	7	8
10	32	47	15	15	9.5
11	44	40	-4	4	5
12	48	53	5	5	6
Suma rangurilor netipice:					12

T = 12

Semnificațiile critice

Tcr	
0.01	0.05
7	13

Tabelul A. 6.11. Semnificațiile diferențelor pentru autoaprecierea voinței între rezultatele preadolescenților din GE retest și ale preadolescentelor din GC retest după testul U Mann-Whitney

Nr.	GE retest	Rangul	GC retest	Rangul
-----	-----------	--------	-----------	--------

1	22	23	12	2.5
2	18	18.5	13	5.5
3	20	21.5	17	17
4	14	9.5	13	5.5
5	14	9.5	9	1
6	18	18.5	13	5.5
7	14	9.5	12	2.5
8	19	20	15	12.5
9	16	15	16	15
10	20	21.5	14	9.5
11	15	12.5	13	5.5
12	24	24	16	15
Sumele:		203		97

U = 19

Semnificațiile critice

Ucr	
p≤0.01	p≤0.05
31	42

Tabelul A. 6.12 Semnificațiile diferențelor pentru perseverență între rezultatele preadolescenților din GE retest și ale preadolescentelor din GC retest după testul U Mann-Whitney

Nr.	GE retest	Rangul	GC retest	Rangul
1	4.125	24	2.375	4
2	3.125	17	3.375	18.5
3	2.875	12.5	2.5	7
4	2.375	4	2.25	1.5
5	2.5	7	2.875	12.5
6	2.875	12.5	2.875	12.5
7	2.875	12.5	2.25	1.5
8	4	22	2.5	7
9	3.75	20	3.375	18.5
10	2.75	9	3	16
11	4	22	2.375	4
12	4	22	2.875	12.5
Sumele:		184.5		115.5

U= 37.5

Semnificațiile critice

Ucr	
p≤0.01	p≤0.05
31	42

Tabelul A. 6.13. Semnificațiile diferențelor pentru perseverență și fermitate, factorul expresivitate, între rezultatele preadolescenților din GE retest și ale preadolescentelor din GC retest după testul U Mann-Whitney

Nr.	GE retest	Rangul	GC retest	Rangul
1	25	20	24	16

2	25	20	15	2
3	23	12.5	15	2
4	22	10.5	27	22.5
5	22	10.5	15	2
6	24	16	25	20
7	27	22.5	19	6
8	33	24	23	12.5
9	24	16	19	6
10	24	16	19	6
11	20	8.5	24	16
12	20	8.5	18	4
Sumele:		185		115

U = 37

Semnificațiile critice

Ucr	
p≤0.01	p≤0.05
31	42

Tabelul A. 6.14. Semnificațiile diferențelor pentru perseverență și fermitate, factorul generalizare, între rezultatele preadolescenților din GE retest și ale preadolescentelor din GC retest după testul U Mann-Whitney

Nr.	GE retest	Rangul	GC retest	Rangul
1	23	12.5	22	10
2	20	8	18	3.5
3	26	17	17	2
4	24	15.5	23	12.5
5	27	19	19	6
6	30	23	21	9
7	28	21.5	18	3.5
8	27	19	19	6
9	27	19	24	15.5
10	23	12.5	16	1
11	23	12.5	28	21.5
12	31	24	19	6
Sumele:		203.5		96.5

U= 18.5

Semnificațiile critice

Ucr	
p≤0.01	p≤0.05
31	42

Tabelul A. 6.15. Semnificațiile diferențelor pentru conștiinciozitate între rezultatele preadolescenților din GE retest și ale preadolescentelor din GC retest după testul U Mann-Whitney

Nr.	GE retest	Rangul	GC retest	Rangul
1	58	20	48	15

2	58	20	58	20
3	63	23	29	2
4	43	10.5	27	1
5	41	8.5	37	5
6	52	16	46	13
7	43	10.5	39	7
8	58	20	54	17
9	58	20	41	8.5
10	46	13	38	6
11	34	3	46	13
12	65	24	36	4
Sumele:		188.5		111.5

U = 33.5

Semnificațiile critice

Ucr	
p≤0.01	p≤0.05
31	42

Tabelul A. 6.16. Semnificațiile diferențelor pentru autonomie între rezultatele preadolescenților din GE retest și ale preadolescentelor din GC retest după testul U Mann-Whitney

№	GE retest	Rangul	GC retest	Rangul
1	60	22	31	1
2	53	17	40	5
3	85	24	42	7.5
4	54	19	35	2
5	50	12.5	42	7.5
6	40	5	43	9
7	40	5	48	11
8	52	15	45	10
9	53	17	72	23
10	53	17	36	3
11	50	12.5	59	21
12	51	14	56	20
Sumele:		180		120

U = 42

Semnificațiile critice

Ucr	
p≤0.01	p≤0.05
31	42

DECLARAȚIA PRIVIND ASUMAREA RĂSPUNDERII

Subsemnata, Niță Liliana, declar pe propria răspundere că materialele prezentate în teza de doctorat sunt rezultatul propriilor cercetări și realizări științifice. Conștientizez că, în caz contrar, urmează să suport consecințele în conformitate cu legislația în vigoare.

Data: 2.11.2021



Niță Liliana



Informații personale

Nume / Prenume Niță Liliana
 Adresă(e) Str.Mihai Viteazul, nr.7 ,bl B 24, ap. 23 jud. Neamt, România
 Telefon Mobil: +40765558737
 Fax(uri)
 E-mail(uri) lili.irofte@gmail.com;

Naționalitate(-tăți) Moldoveană, română

Data nașterii 11 noiembrie1983

Sex Feminin

Domeniul ocupațional Învățământ/Educație; Psihologie

Experiența profesională

Perioada **14.08. 2020- prezent**

Funcția sau postul ocupat Consilier psihologic autonom, psihoterapeut în supervizare

Activități și responsabilități principale Consiliere psihologică și psihoterapie experiențială și a unificării centrată pe adult, copil, cuplu și familie

Numele și adresa angajatorului Cabinet Individual de psihologie- Niță V. Liliana

Domeniul ocupațional Psihologie

Perioada **2008, septembrie- prezent**

Funcția sau postul ocupat Profesor itinerant/de sprijin

Activități și responsabilități principale Identificarea elevilor cu CES, colaborarea cu comisia internă de evaluare complexă, colaborarea cu toate cadrele didactice din unitatea de învățământ în care este înscris grupul de elevi care necesită sprijin, în vederea realizării unei integrări școlare eficiente și a punerii în aplicare în mod unitar a planului de servicii individualizat; elaborarea PIP-urilor, intervenția psiho-educatională recuperatorie, stimulare cognitivă individuală sau de grup, realizarea adaptării curriculare în parteneriat cu cadrele didactice de la clasă; reevaluarea periodică, monitorizarea continuă a cazurilor, consilierea părinților/tutorilor copiilor/elevilor care beneficiază de serviciile de sprijin și colaborarea cu aceștia;

Numele și adresa angajatorului	Centrul Școlar de Educație Incluzivă „Al.Roșca”, str. 1 Decembrie 1918, nr.68, Piatra Neamț;
Domeniul ocupațional	Învățământ/ Educație
Perioada	2017- prezent
Funcția sau postul ocupat	Coordonator proiecte Erasmus+
Activități și responsabilități principale	Stabilirea responsabilităților și elaborarea fișelor postului; Stabilirea programului de activități din cadrul întâlnirilor de proiect; Organizarea întâlnirilor cu echipa de proiect, participanții la mobilități și partenerii internaționali; Comunicarea cu Agenția Națională ANPCDEFP pe toată perioada implementării proiectelor și partenerii internaționali și locali; Completarea rapoartelor pe platforma online Mobility Tool+, accesând platforma la adresa https://webgate.ec.europa.eu/eac/mobility ; Realizarea activităților de diseminare a proiectului, împreună cu alți membri ai echipei de implementare și cu participanții la mobilități; Participarea la numeroase mobilități pentru copii și tineri, împreună cu elevii Colegiului Tehnologic „Spiru Haret”;
Numele și adresa angajatorului	Colegiul Tehnologic „Spiru Haret” din Piatra-Neamț; Piatra-Neamț, str. Petru Rareș nr.26
Domeniul ocupațional	Învățământ/ Educație
Perioada	August 2016- decembrie 2016
Funcția sau postul ocupat	Profesor la clasa I
Activități și responsabilități principale	Activități de predare a tuturor obiectelor de la nivelul clasei I, urmând obiectivele curriculum-ului Cambridge; activități de planificare anuală, trimestrială, zilnică; pregătirea resurselor educaționale. Folosirea strategiilor moderne de lucru, a softurilor educaționale, a aplicației Class Dojo, etc.
Numele și adresa angajatorului	<i>Future Science International School</i> , Majan,Sohar, Sultanatul Oman
Domeniul ocupațional	Învățământ/ Educație
Educație și formare	
Perioada	Septembrie 2020
Calificarea / diploma obținută	Certificat de participare la modulul I de formare în metoda VML (Verbal motor learning method)
Disciplinele principale studiate / competențe profesionale dobândite	Dezvoltarea limbajului, Anatomia și fiziologia vorbirii, Apraxia verbală, Dezvoltarea senzorio-musculară a limbajului și comunicării, Evaluarea VML, Program de tratament
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare	Dr. Elad Vashdi, Yael Center, Israel
Perioada	5 - 11 iulie 2020
Calificarea / diploma obținută	Certificat de participare la Cursul de formare Erasmus+ „Special Education- a step by step approach”

Disciplinele principale studiate / competențe profesionale dobândite	Structuri și programe de educație specială. Integrarea elevilor cu CES în școlile de masă și în învățământul special; Tulburări specifice de învățare; Caracteristicile elevilor cu CES Metode/instrumente specifice Principii și metode de predare; Probleme specifice de vorbire/utilizarea limbajului. Prevenție, metode de lucru; Dizabilitate intelectuală; Educația elevilor cu dizabilități intelectuale; Tulburări senzoriale; Tehnologia și tulburările senzoriale; Educarea elevilor cu tulburări senzoriale; Instruirea elevilor cu tulburări mintale și emoționale; Hiperactivitate și/sau Deficitul de atenție; Dezvoltarea emoțională și socială a elevilor cu sindrom Down; Rolul profesorului, părinților și al comunității școlare
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare	Areadne Lifelong learning Centre, Kalamata, Grecia
Perioada	2015- prezent
Calificarea / diploma obținută	Studentă în cadrul Școlii Doctorale
Disciplinele principale studiate / competențe profesionale dobândite	Psihologia Educației, Psihologia Dezvoltării, Psihodiagnostic, Psihologia specială, SPSS
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare	Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă”, Chișinău, Rep. Moldova
Perioada	Martie – Iulie 2018
Calificarea / diploma obținută	Certificat Erasmus+ de mobilitate a personalului în formare
Disciplinele principale studiate / competențe profesionale dobândite	Psihologia Dezvoltării; Neuroștiința; Documentare și Cercetare științifică; Strategii de scriere, publicare și comunicare a articolelor științifice;
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare	Școala Internațională Postuniversitară, Universitatea din Granada, Spania
Perioada	14-16 octombrie 2016
Calificarea / diploma obținută	Certificat de participare la cursul de formare „Metode de lucru în clasa cu copii cu tulburări din spectrul autismului”
Disciplinele principale studiate / competențe profesionale dobândite	TEACCH modelul structurat de predare, Activități de predare structurate vizual, Jocul structurat, Învățarea abilităților de comunicare
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare	Romanian Angel Appeal, București
Perioada	7-12 octombrie 2013
Calificarea / diploma obținută	Certificat de participare la cursul de formare „Creativity and learning”, Malta, în cadrul programului Comenius, Mobilități individuale de formare continuă, programul de învățare pe tot parcursul vieții. Mobility Europass certificate.

Disciplinele principale studiate / competențe profesionale dobândite	Teoria creativității și aplicarea acestora prin metode de predare inovatoare: “Cât de creativi suntem?”, “Măsurarea creativității”, „Dramatizarea pentru învățare și creativitate”, „Modelele mentale și creierul”, „Clasa creativă”;
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare	Asociația „The Learning Teacher Network”, Suedia
Perioada	2-6 iunie 2013
Calificarea / diploma obținută	Certificat de formator
Disciplinele principale studiate / competențe profesionale dobândite	Pregătirea formării, Realizarea activităților de formare, Evaluarea formării, Aplicarea metodelor și tehnicilor speciale de formare, Proiectarea programelor de formare, Organizarea programelor și a stagiilor de formare.
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare	Centrul „Doctus”, Sibiu
Perioada	2009-2022
Calificarea / diploma obținută	Diplome de participare, certificate și adeverințe eliberate de instituțiile formatoare;
Disciplinele principale studiate / competențe profesionale dobândite	Consiliere psihologică- evaluarea și consilierea experiențială a copilului, adultului, cuplului și familiei (analiză didactică, formare, abilitare, supervizare); Psihoterapie Experiențială și a Unificării (individuală și de grup);
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare	Societatea de Psihoterapie Experiențială din România; Colegiul Psihologilor din România;
Perioada	2008, noiembrie-decembrie
Calificarea / diploma obținută	Diplome de participare la stagii de formare continuă
Disciplinele principale studiate / competențe profesionale dobândite	„Școala incluzivă”; „Consilieri și orientare”
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare	ISJ Neamț și CCD, Piatra Neamț;
Perioada	2006-2008:
Calificarea / diploma obținută	Diplomă de masterat;
Disciplinele principale studiate / competențe profesionale dobândite	specializarea <i>Evaluare Psihologică și Psihoterapii Recuperatorii</i>
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare	Facultatea de Psihologie, Asistență Socială și Sociologie , Universitatea „Petre Andrei”, Iași;
Perioada	2001-2006
Calificarea / diploma obținută	Diplomă de licență în psihologie
Disciplinele principale studiate / competențe profesionale dobândite	Psihologia personalității, Anatomia Sistemului Nervos Central, Fiziologia SNC, Psihologia gândirii, atenției, limbajului, memoriei, Psihologia dezvoltării, Psihologia vârstelor, Psihopedagogie specială, Psihologie clinică, Psihologie pedagogică, Psihodiagnoză, Consiliere psihologică, Psihoterapie, Comportamentul deviant, Psihocorecție și psihoprofilaxie, Psihologie socială; Limba engleză;
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare	Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău, Rep. Moldova
Limba(i) maternă(e)	română
Limba(i) străină(e) cunoscută(e)	

Autoevaluare	Înțelegere				Vorbire				Scriere	
<i>Nivel european (*)</i>	Ascultare		Citire		Participare la conversație		Discurs oral		Exprimare scrisă	
Limba engleză	C2	Nivel măiestrie	C2	Nivel măiestrie	C2	Nivel măiestrie	C2	Nivel măiestrie	C2	Nivel măiestrie
Limba franceză	C2	Nivel măiestrie	C2	Nivel măiestrie	B2	Nivel avansat	C2	Nivel măiestrie	B2	Nivel avansat
Limba rusă	C2	Nivel măiestrie	C2	Nivel măiestrie	C2	Nivel măiestrie	C2	Nivel măiestrie	C2	Nivel măiestrie
Limba germană	A2	Nivel intermediar	A2	Nivel intermediar	A1	Nivel introductiv	A1	Nivel introductiv	A1	Nivel introductiv

(*) *Nivelul Cadrului European Comun de Referință Pentru Limbi Străine*

Competențe și abilități sociale	Abilități de relaționare specifice profesiei: psiholog- client; profesor-profesor, profesor-elev, profesor-părinte, comunicabilitate, autenticitate, perseverență, creativitate, spirit de echipă, responsabilitate; abilități dobândite în contextul studiilor efectuate, a activităților de formare, a studiului personal și acumulate în urma experienței în domeniu.
Competențe și aptitudini organizatorice	Aptitudini organizatorice dobândite în urma participării la activități în echipă, proiecte, programe, în urma organizării diferitelor evenimente specifice domeniul de activitate și în urma coordonării diferitelor activități la nivel de școală, activități incluse în proiecte naționale sau internaționale.
Competențe și aptitudini tehnice	Aptitudini tehnice necesare utilizării mijloacelor auxiliare la clasă și în cadrul altor activități educative, dobândite în urma absolvirii unor cursuri de specialitate.
Competențe și aptitudini de utilizare a calculatorului	Operare în Microsoft Office: Word, Excel, Power Point, G suite, Zoom, Class Dojo, aptitudini dobândite pe parcursul școlarizării și a experienței profesionale;
Competențe și aptitudini artistice	Abilități de interpretare la pian, interpretare vocală; aptitudini dobândite pe parcursul studierii la școala de muzică.
Alte competențe și aptitudini	Joc de șah, aptitudini sportive (înot, ski);
Permis(e) de conducere	Categoria B

