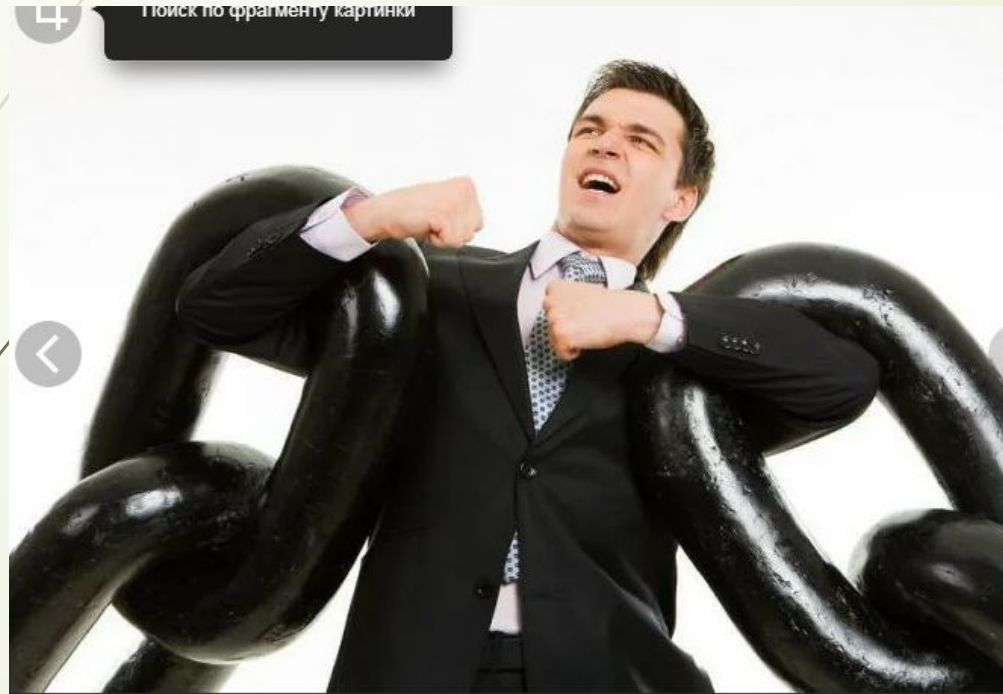


# Воля как психическая регуляция человеческого поведения



# *ПЛАН ИЗУЧЕНИЯ ТЕМЫ*

- **Понятие о воле и волевом усилии**
- **Физиологические основы**
- **Анализ волевого действия**
- **Волевые качества личности**
- **Развитие воли у детей**



# 1. Понятие о воле и волевом усилии

**Воля – это психический процесс сознательного управления и регулирования своего поведения, обеспечивающий преодоление трудностей и препятствий на пути к поставленной цели**

**Воля является одним из проявлений человеческого сознания, поэтому свойственна только человеку.**

**Воля** - сознательная саморегуляция поведения, обеспечивающая преодоление трудностей на пути к достижению цели.

**Функции:**

- побудительная (борьба с препятствиями)
- тормозная (удержаться от нежелательных поступков)





**Компоненты волевого  
регулирования**

**КОГНИТИВНЫЙ**

**ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ**

**поведенческий  
(деятельный)**

## *Условия возникновения воли*

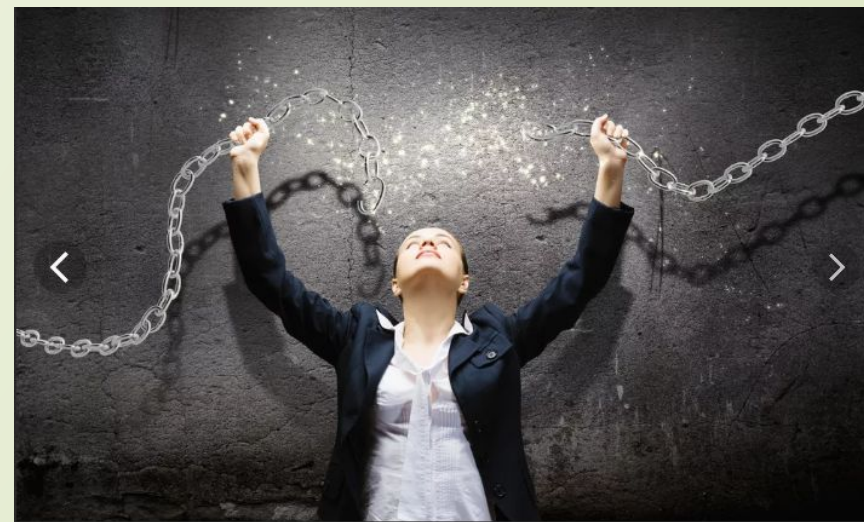
- Воля проявляется тогда, когда человек встречается с трудностями, препятствиями на пути к цели.



- Воля возникает тогда, когда человек оказывается способным к рефлексии своих влечений, может так или иначе отнестись к ним.

## *Черты воли (по Иванникову):*

- воля является результатом общественно-исторического развития человека, продуктом трудовой деятельности;
- воля не является врожденной, а формируется в процессе всей жизни;
- развитие воли тесно связано с развитием мышления и речи, памяти, восприятия и воображения;
- воспитание воли осуществляется через совместную деятельность в коллективе и связано с системой потребностей человека.



- **Волевая регуляция** – это прижизненное образование. Волевая регуляция связана с проявлением усилий, реализующих активность личности, направленную на сознательную мобилизацию её психических и физических сил.
- **Волевоe усилие** – механизм волевой регуляции, средство мобилизации субъектом своих психических и физических возможностей.
- **Волевоe действие** – действие осознанное и целенаправленное, принятое по решению самого субъекта.
- **Волевоe поведение** – целенаправленное поведение личности, проявляется в умении управлять собой, своими действиями и поступками на основе стремления к достижению определенной цели, путем реализации специальных действий. Специфика волевого регулирования.



В отличие от импульсивного действия волевое действие всегда осознанно, целенаправленно и продуманно, т.к. ему предшествует мысль, идея, слово.

Воля человека выполняет 2 функции:

- побудительную
- тормозящую

Любое волевое действие сопровождается волевым усилием.

**Волевое усилие** – это особое состояние нервно-психического напряжения, которое мобилизует физические, психические, интеллектуальные и моральные силы человека.



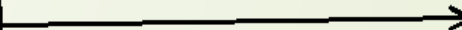
• Возникновение  
побуждения и  
предварительная  
постановка цели

Стадия  
обсуждения и  
«борьба  
МОТИВОВ»

Волевое  
действие

Исполнение  
решения

Принятие  
решения



## 2. Физиологические основы

*Физиологической основой* воли является взаимодействие 1 и 2 сигнальных систем.

Продукт мышления (мысль, понятие, идея) приобретают форму слова, выражаются в слове. Слово является внешним раздражителем. Мозг человека реагирует на слово как на сигнал и возникает рефлекторная реакция – действие во внешней среде или решение не предпринимать действия.



# 3. Анализ волевого действия

## *Виды волевого действия*

Виды волевого действия

### **Простой волевой акт**

\* Побуждение к действию переходит в самодействие почти автоматически

### **Сложный волевой акт**

\* Действию предшествует учет его последствий, осознание мотивов, принятие решения и составление плана

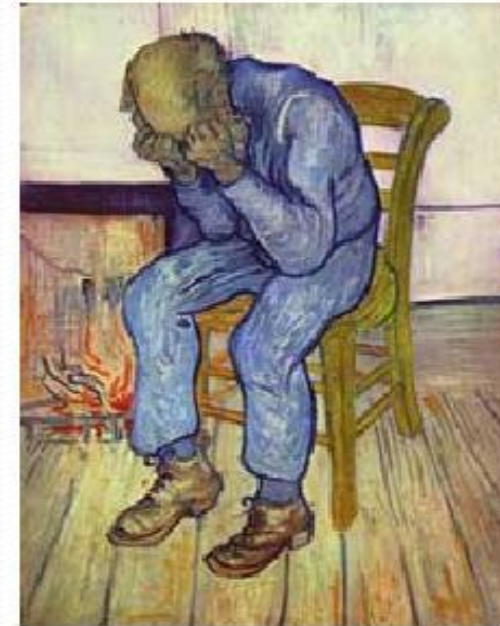
Все достижения человека и человечества в целом не обходятся без участия воли, волевой регуляции поведения. Все волевые процессы, составляющие механизм регуляции, имеют **несколько существенных фаз:**

- Возникновение побуждения и постановка цели;
- Стадия обсуждения и борьба мотивов;
- Принятие решения;
- Исполнение.




## 5. Волевые качества личности

- **Волевые качества личности** - это сложившиеся в процессе получения жизненного опыта свойства личности, связанные с реализацией воли и преодолением препятствий на жизненном пути





# Основные волевые качества

- ❖ Целеустремленность
  - ❖ Самостоятельность
  - ❖ Решительность
  - ❖ Импульсивность
  - ❖ Энергичность
  - ❖ Настойчивость
  - ❖ Организованность
  - ❖ Дисциплинированность
  - ❖ Самоконтроль
- 

- **Настойчивость** - это качество личности, проявляющееся в умении мобилизовать свои силы для постоянной и длительной борьбы с трудностями, преследуя поставленные перед собой цели.





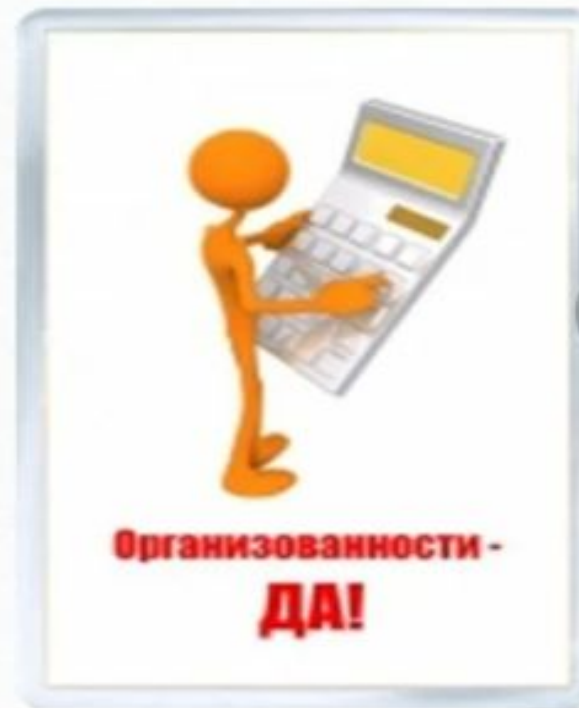
- **Дисциплинированность**  
- это качество личности, проявляющееся в сознательном подчинении своего поведения общепринятым нормам, установленному порядку, требованиям ведения дела.



- **Решительность** - свойство личности, проявляющееся в ее умении принимать и претворять в жизнь быстрые, обоснованные и твердые решения.

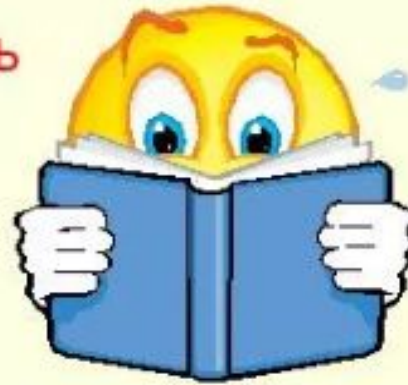


- **Организованность** - качество личности, проявляющееся в способности разумно планировать и упорядочивать ход всей своей деятельности.



# Качества воли

- ☎ Сила воли
- ☎ **Целеустремленность**
- ☎ Инициативность
- ☎ **Самостоятельность**
- ☎ Выдержка
- ☎ **Решительность**
- ☎ Энергичность
- ☎ **Настойчивость**
- ☎ Самоконтроль
- ☎ **Мужество**
- ☎ Организованность
- ☎ **Дисциплинированность**
- ☎ Деловитость



## Оценка результатов тестирования

Если сумма набранных баллов **14 и менее**, то данный человек считается человеком со слабой волей.

При сумме баллов **от 15 до 25 характер** и воля человека считаются достаточно твердыми, а поступки в основном реалистичными и взвешенными.

При общей сумме баллов **от 26 до 38** характер человека и его воля считаются очень твердыми, а его поведение в большинстве случаев – достаточно ответственным. Есть, правда, опасность увлечения силой воли с целью самолюбования.

При сумме баллов **выше 38** воля и характер человека считаются близкими к идеальным, но иногда возникает сомнение в том, достаточно ли правильно и объективно человек себя оценил.

