

A silhouette of a person running is centered in the image, set against a dramatic sunset sky with soft, glowing clouds. The runner's form is mirrored in a body of water below, creating a symmetrical effect. The overall mood is one of determination and perseverance.

Воля —
это то, что
заставляет тебя
побеждать,

когда
твой рассудок
говорит тебе,
**что ты
повержен.**
Карлос Кастанеда

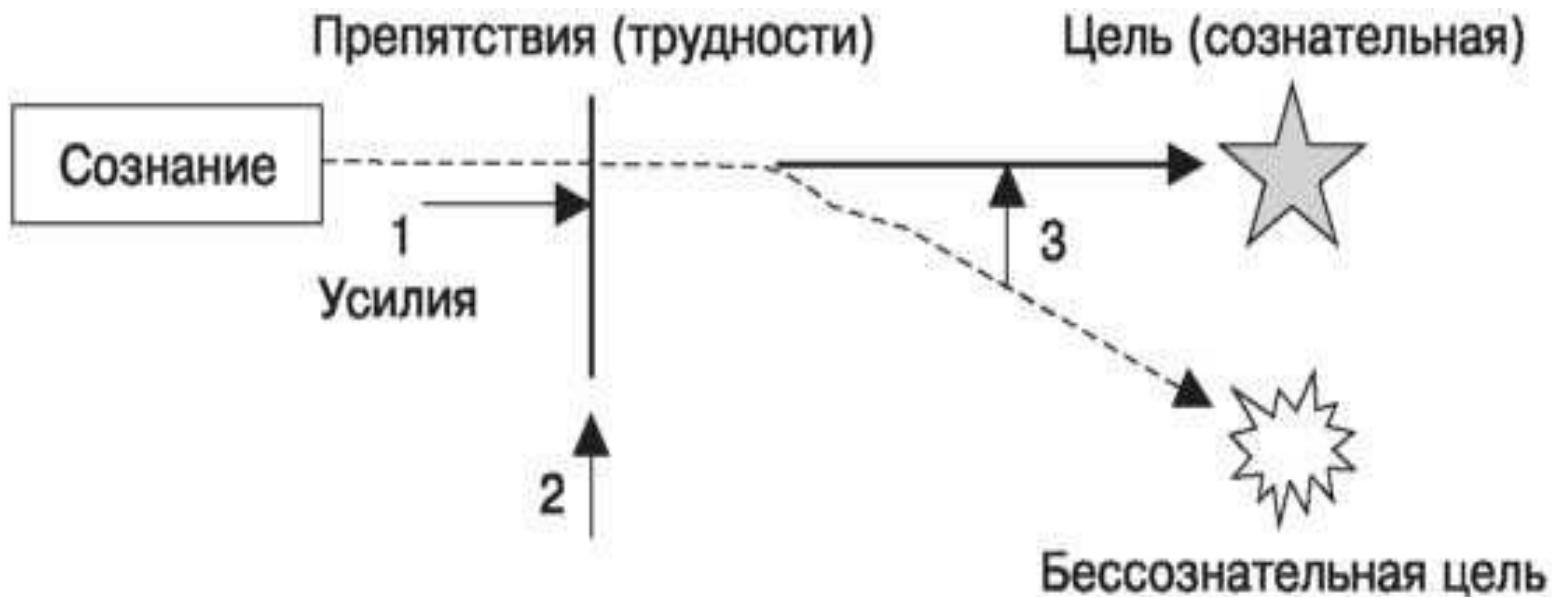


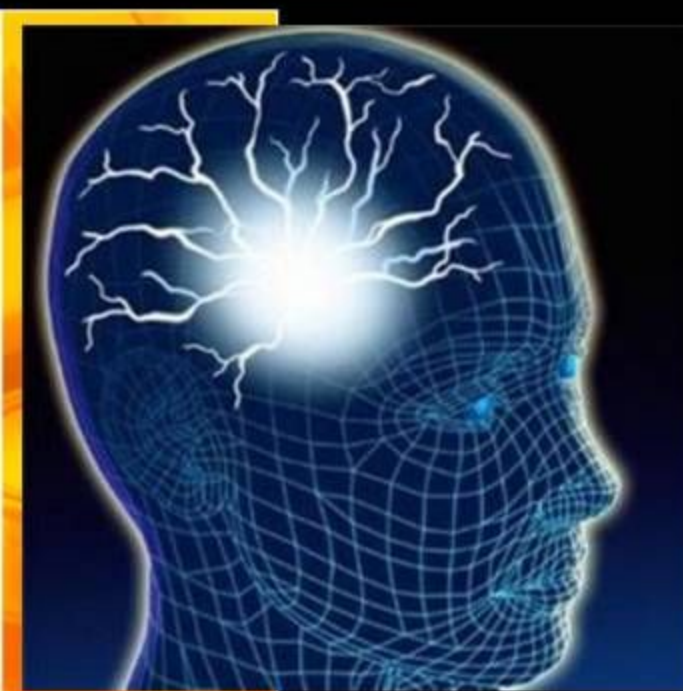


• **ВОЛЯ**



- **Воля** – это сознательная регуляция поведения и деятельности человека, которая проявляется по отношению к себе и направлена на достижение целей и преодоление трудностей.





Проблема воли рассматривается как проблема **самодетерминации** (мотивационный подход), либо как проблема **саморегуляции** (регуляционный подход).



Исследования воли в психологии строятся вокруг следующих четырех феноменов:



волевого действия,
проблемы выбора мотивов и целей,
волевой регуляции психических состояний,
волевых качеств личности.

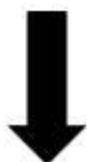


Этапы **волевого действия**

выбор цели (осознание)



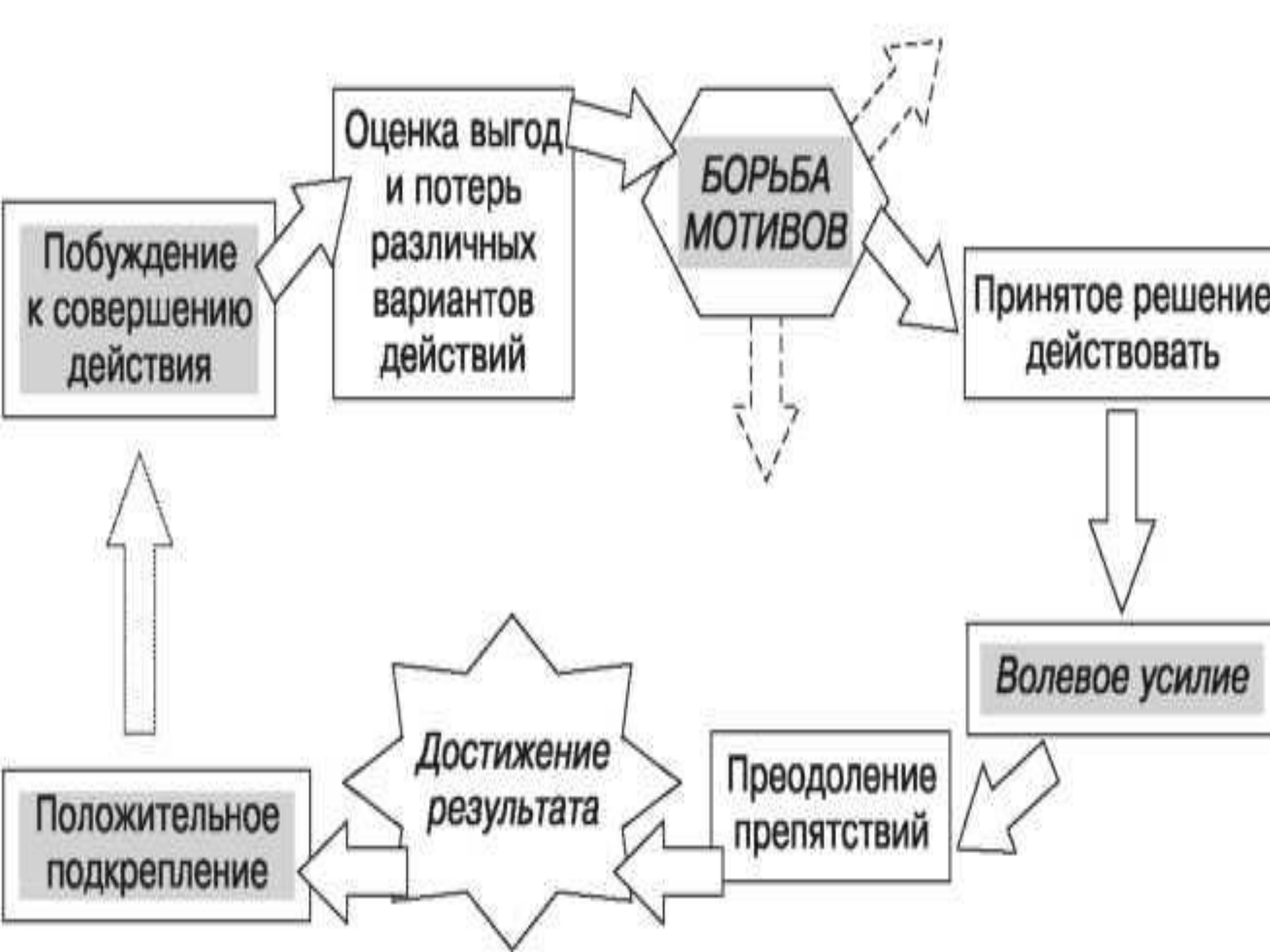
**выбор средств для достижения
цели (планирование)**



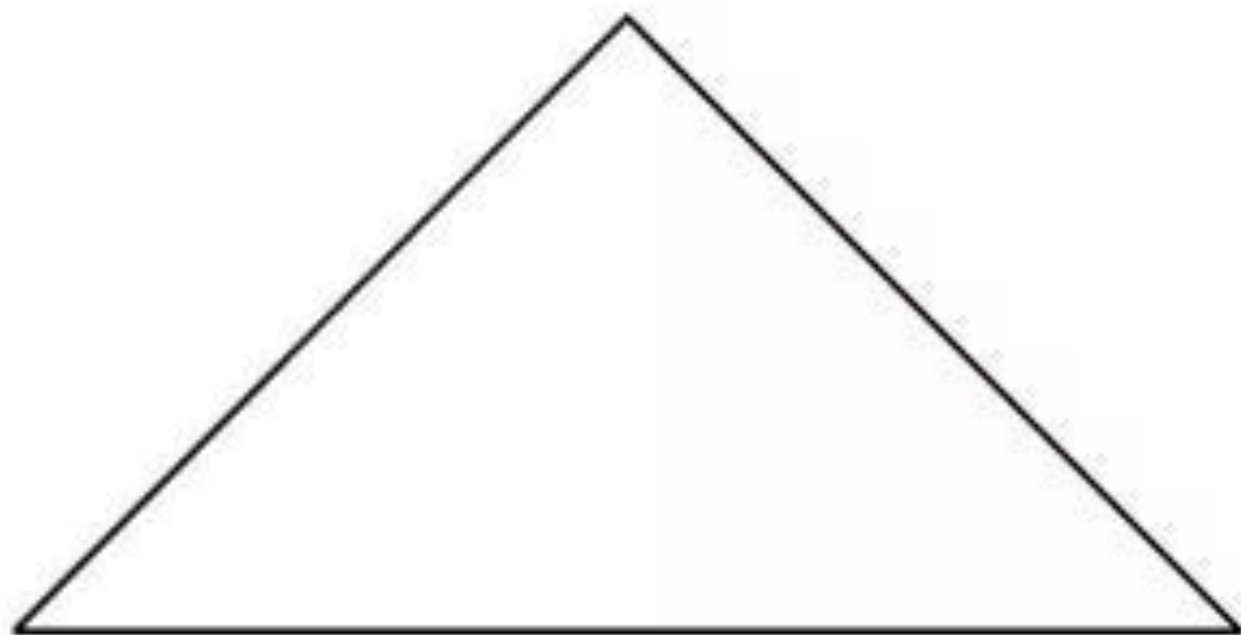
достижение цели (исполнение)



оценка результата (анализ)



Воля



Чувства

Разум

ВОЛЯ

```
graph TD; A[ВОЛЯ] --> B[активизирующая]; A --> C[тормозящая]; B --> D[Способствует активности человека не по факту, а на основе специфики внутреннего состояния]; C --> E[Проявляется в сфере сдерживания нежелательных проявлений активности];
```

активизирующая

тормозящая

Способствует активности человека не по факту, а на основе специфики внутреннего состояния

Проявляется в сфере сдерживания нежелательных проявлений активности

Волевые качества



```
graph TD; A[Волевые качества] --> B[выдержка<br/>решительность<br/>смелость]; A --> C[терпеливость<br/>упорство<br/>настойчивость]; A --> D[мужество<br/>инициативность<br/>самостоятельность]; B --> E[Характеризуют<br/>целеустремлённость]; C --> F[Характеризуют<br/>активность]; D --> G[Характеризуют<br/>самообладание];
```

выдержка
решительность
смелость

терпеливость
упорство
настойчивость

мужество
инициативность
самостоятельность

Характеризуют

целеустремлённость

Характеризуют

активность

Характеризуют

самообладание

Этапы волевого действия Волевые качества личности	Выбор цели формирования модели желаемого результата	Борьба мотивов	Принятие решения. Программирование действия	Исполнение действия	Оценка результата
Сильная воля: целеустремленность, ситуативная адаптивность, решительность, настойчивость в целедостижении, критичность	Ясное осознание необходимости и возможности достижения планируемого результата	Обоснованное сопоставление возможных вариантов, нравственное предпочтение одного из них, личностная санкция предпочтительного варианта поведения	Окончательный выбор варианта поведения, формирование поведенческой программы с учетом всех существенных обстоятельств	Устойчивость исполнительских действий, их системная целедостигающая организация, преодоление психических и физических трудностей	Критическая оценка достигнутого результата, его соотнесение с мотивом совершенного поведенческого акта
Слабоволие	Слабое целеполагание, уход от возможных трудностей	Неспособность к всесторонней и обоснованной оценке вариантов	Необоснованный выбор поведенческого варианта без стремления к его выполнению	Неустойчивость исполнительских действий, быстрое истощение	Удовлетворенность любым достигнутым результатом, нежелание к его усовершенствованию
Повышение внушаемости	Принимается внешне заданная цель без критического ее анализа	Отсутствует	Дается извне	Возможны модификации от интенсивных до слабых	Пониженная критичность
Упрямство	Объективно не обоснованное	Отсутствует	Быстрое и необоснованное		Отсутствует

1	2	3
Спонтанно Рефлекторно Инстинктивно Невольно Непроизвольно Импульсивно Безотчетно Подсознательно	Намеренно Преднамеренно Произвольно В соответствии с замыслом Умышленно Сознательно Добровольно По желанию	Вынужденно Поневоле Волей-неволей По обязанности По долгу По надобности По принуждению Насильно

артур

ШОПЕНГАУЭР

феномен воли
с комментариями и объяснениями

определенному
мужчине
должна
соответствовать
определенная
женщина

человек
не может
быть
свободен
от
судьбы



там
написано
всегда
должно
исполняться
и ответственность

свобод
жизни
это свобода
предназначено

АЗБУКА ПСИХОЛОГИИ

Е.И. РОГОВ

Эмоции и ВОЛЯ

М. Я. БАСОВ

ВОЛЯ
как предмет
функциональной
психологии

А Н Т О Л О Г И Я М Ы С Л И

ФРИДРИХ НИЦШЕ

Воля к власти