

Развитие волевых качеств профессионала

Прготовила: Макашева Самала
Группа X-102

Цель:

Изучить волевые качества и способы их развития.

Задачи:

- -изучить понятие воли, волевых качеств личности;
- -выявить методы совершенствования волевых качеств;
- -составить рекомендации для людей по развитию волевых качеств .



Понятие волевых качеств

Волевые качества - это способность человека достигать поставленных целей в условиях реальных трудностей. Основные из них - сила и стойкость воли, целеустремленность.

Воля - сознательная организация и саморегуляция деятельности, направленная на преодоление внутренних и внешних трудностей, - это, прежде всего власть над собой, над своими чувствами, действиями.

Воля - это способность человека управлять своим поведением, мобилизовывать все свои силы на достижение поставленных целей.

Волевые качества человека

- Первичные волевые качества: сила воли, энергичность, настойчивость, выдержка
- Вторичные волевые качества: решительность, смелость, самообладание, уверенность в себе
- Третичные волевые качества: ответственность, дисциплинированность, принципиальность, обязательность, деловитость, инициативность.



Развитие волевых качеств

Три направления

- 1) Превращение произвольных действий и психических процессов в произвольные.
- 2) Обретение человеком контроля над своим поведением.
- 3) Выработка волевых качеств личности.

Так же помогают в развитии волевых качеств:

- Занятия спортом
- Тренировка полезных навыков
- Соблюдение режима дня

Вывод

Развитие волевых качеств – очень важный процесс в жизни каждого человека и доступен на всех жизненных этапах.

Исследования показали, что у того, кто испытывает большие нагрузки и кто преодолевает больше внешних препятствий, чем другие, уровень и скорость развития волевых качеств гораздо выше.

Развивать волевые качества можно самовоспитанием, проявляя творческую активность, а также с помощью занятий спортом, развития полезных навыков, соблюдением режима дня, регулярной трудовой деятельностью

Человек должен ставить перед собой цель и идти к ней, преодолевая по пути различные препятствия. При этом он должен бороться с самим собой и своей ленью. Чем больше цель, и чем труднее путь к ней, тем сильнее развивается воля.