

ДИСЦИПЛИНА: ПСИХОЛОГИЯ СОЦИАЛЬНО-ПРАВОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Группа : П-220921

02.05.2025

Преподаватель: Полякова Юлия Александровна

Электронная почта: pol.yu.a@yandex.ru

1 пара

Тема 3.2. Волевая сфера человека.

План работы

1. Изучение нового материала.

Задание к уроку

1. Проработать вопрос, используя лекции преподавателя. См. Приложение 1
2. Составить конспект.
3. Выучить конспект лекций.

Задания выполняются письменно в тетради.

Требования по оформлению тетради:

1. тетрадь должна быть подписана;
2. страницы в тетради должны быть пронумерованы;
3. номер поставить посередине верхнего поля каждой страницы, рядом написать фамилию студента (для удобства проверки выполненной работы).

(Например: 4 – Иванов, 5 – Иванов и т.д.)

После выполнения заданий работу необходимо отправить на проверку преподавателю на электронную почту.

Электронная почта: pol.yu.a@yandex.ru

ЖЕЛАЮ ВАМ УСПЕХОВ!

Воля: понятие, функции. Структура волевого действия.

Человек по своей природе является деятелем, т.е. находится в состоянии постоянной активности. Все формы активности, в том числе и формы психической деятельности, выполняемые человеком, можно подразделить на два вида: **непроизвольные и произвольные**.

Непроизвольные формы активности возникают без предварительного намерения человека, они вызываются какими-либо внешними причинами и осуществляется без сознательного усилия. Произвольные формы активности возникают по нашему намерению, с заранее поставленной целью.

Непроизвольная и произвольная активность проявляются во всех познавательных процессах. Поэтому различаются непроизвольное и произвольное восприятие, непроизвольное и произвольное запоминание, непроизвольное и произвольное воображение и пр.

Произвольная активность возникает по нашему намерению, с заранее поставленной целью, она связана с нашим «Я» и протекает с сознательным усилием. Произвольная активность лежит в основе волевых действий, которые в отличие от непроизвольных всегда совершаются по определенным мотивам.

В обыденной жизни мы называем волевыми действия, связанные с преодолением встретившихся на жизненном пути трудностей. В научной психологии это явление рассматривается как более сложное и неоднозначное.

Воля – это сознательное регулирование человеком своего поведения и деятельности, выраженное в умении преодолевать внутренние и внешние трудности при совершении целенаправленных действий и поступков.

Воля соотносится со всем сознанием человека как одна из форм отражения действительности, функцией которой является **сознательная саморегуляция** его активности в затрудненных условиях жизнедеятельности. В основе этой саморегуляции лежит взаимодействие процессов возбуждения и торможения нервной системы. В соответствии с этим психологи выделяют в качестве конкретизации указанной выше общей функций, две другие – **активизирующую и тормозящую**. Иногда первую функцию обозначают термином **побудительная** или **стимулирующая**.

Волевые или произвольные действия развиваются на основе непроизвольных движений и действий. Простейшими из непроизвольных движений являются рефлекторные, как, например, сужение и расширение зрачка, мигание, глотание, чихание и т.п. К этому же классу движений относится одергивание руки при прикосновении к горячему предмету, невольный поворот головы в сторону раздавшегося звука и т.д. Непроизвольный характер носят обычно и наши выразительные движения: при удивлении мы поднимаем брови и приоткрываем рот; радуясь, начинаем улыбаться; в гневе невольно стискиваем зубы, морщим лоб и т.д.

К непроизвольному типу поведения относятся также импульсивные действия, неосознанные, неподчиненные общей цели реакции, например, на шум за окном, на предмет, способный удовлетворить потребность и т.д. Специфическая особенность волевого поведения в переживании состояния «Я должен», а не «Я хочу», хотя, конечно, следует учитывать возможность совпадения волевого и импульсивного поведения («Я хочу исполнить свой долг»). Поэтому, образно выражаясь, наша жизнь представляет собой постоянную борьбу волевого и привычного, обыденного поведения. В противоположность непроизвольным сознательные действия, более характерные для поведения человека, направлены на достижение поставленной цели. Именно сознательная целеустремленность действий характеризует волевое поведение. Однако, являясь по своей структуре достаточно сложными, так как не всякая цель может быть достигнута сразу, волевые действия могут включать в себя в качестве отдельных звеньев и такие движения, которые в ходе

образования навыка автоматизировались и потеряли свой первоначальна сознательный характер.

Некоторые волевые действия носят сложный характер и могут выполняться в течение длительного времени. Так, альпинисты, решившие покорить горную вершину, начинают свою подготовку задолго до восхождения. Сюда включаются и тренировки, и осмотр амуниции, и подгонка креплений, и выбор маршрута и т.д. Но главные трудности ждут их впереди, когда они начнут свое восхождение. Точно также ученик, решивший приготовить для школьной выставки модель физического кабинета, будет вынужден действовать по определенному плану, который потребует длительного, тщательного, всестороннего обдумывания.

Еще одним важнейшим признаком волевого поведения считают связь его с преодолением препятствий, внутренних или внешних. Внутренние, субъективные, препятствия обусловлены поведением человека, субъекта волевого действия и могут быть вызваны усталостью, желанием развлечься, страхом, стыдом, ложным самолюбием, инертностью, просто ленью и т.д. Важнейшую роль в преодолении затруднений на пути к достижению цели играет осознание ее значения, а вместе с тем и осознание своего долга. Чем больше значима цель для человека, тем больше препятствий он преодолевает.

В связи с психологической характеристикой воли в психологии и философии рассматривается проблема свободы воли, свободы человека в выборе целей и способов достижения этих целей. Различные философские взгляды на данную проблему можно подразделить на две группы теорий: **волюнтаристские теории и фаталистские теории**. Сторонники первого направления (Шопенгауэр, Ницше, Гартман и др.) считали, что человек абсолютно свободен в своих действиях, а волю объявляли высшим принципом бытия, противопоставляя ей разумное начало. В противоположность этому направлению фаталисты полагали, что жизнь человека предопределена роком и судьбой и изменить свою жизнь человек не в силах. В современной психологии воля рассматривается как свобода действовать с учетом всех обстоятельств.

Проблема воли - одна из сложнейших проблем в психологии. Ее исследование имеет длительную историю, существуют различные научные представления о сущности воли, различные подходы к пониманию ее развития и места в общем психическом облике человека.

В.А. Иванников, автор монографии «Психологические механизмы волевой регуляции» (1998), анализируя различные научные подходы к решению проблемы воли, отмечает, что совместными усилиями многих отечественных психологов были развиты и впервые сформулированы важные положения, которые являются хорошей основой для дальнейшего развития исследований в этой области психологических знаний:

1. Воля есть продукт общественно-исторического развития человека. Ее формирование связано с появлением и развитием трудовой деятельности.
2. Воля поэтому не является врожденной или генетически заданной способностью, а формируется прижизненно в реальной деятельности человека, требующей определенных волевых качеств и навыков волевой регуляции.
3. Воспитание воли осуществляется через совместную деятельность в коллективе и связано с формированием системы потребностей, общественно значимых ценностей и целей, мировоззрения и убеждений личности, необходимых личностных качеств.
4. Развитие воли тесно связано с развитием мышления, воображения, эмоциональной и мотивационно-смысловой сферы, с развитием сознания и самосознания, личности в целом.
5. Первичное волевое действие - это действие заданное и принятое личностью к исполнению. Волевая регуляция поэтому есть личностный уровень регуляции, а волевое действие есть действие, имеющее личностный характер.

6. Волевая регуляция - это регуляция сознательная, опосредованная знаниями человека о внешнем мире, о своих ценностях и возможностях, на основе которых осуществляются предвидение и оценка последствий собственной активности.

Структура волевого действия. Волевые действия различаются по своей сложности. В том случае, когда в побуждении ясно видна цель, непосредственно переходящая в действие и не выходящая за пределы существующей ситуации, говорят о **простом волевом акте**. **Сложное волевое** действие предполагает вклинивание между побуждающим импульсом и непосредственным действием дополнительных звеньев. Существенными моментами или фазами волевого процесса выступают: 1) возникновение побуждения и постановка цели; 2) стадия обсуждения и борьба мотивов; 3) принятие решения; 4) исполнение.

1) Первая фаза – возникновение побуждения и постановка цели. На этой ступени определяются ожидаемый и предполагаемый результаты действия. Цели человек ставит для того, чтобы удовлетворять свои потребности. При этом он взвешивает многие мотивы, которые могут соответствовать или не соответствовать цели. Происходит так называемая «борьба» мотивов.

Если мотив и цель совпадают, то требуется ничтожное усилие воли. Для того чтобы в жаркую погоду пойти купаться или начать читать давно разыскиваемую книгу, не требуется серьезного усилия воли. Определение цели заканчивается принятием решения - действовать так, а не иначе и действие реализуется.

2) Вторая ступень волевого действия - **стадия обсуждения и борьба мотивов**. Ее содержание составляет мысленное планирование - как и с помощью каких средств добиться поставленной цели. При выборе средств также могут иметь место серьезная борьба и конфликт мотивов. Для того чтобы студенту хорошо сдать экзамен, можно либо все хорошо выучить, либо приготовить шпаргалку, либо понадеяться списать у сокурсника. При выборе средств неизбежно приходится считаться с действующими в обществе нормами поведения. Недопустимо исходить из принципа «цель оправдывает средства», т.е. для достижения цели все средства хороши.

3) Третья ступень – принятие решения является заключительным моментом борьбы мотивов: человек решает действовать в определенном направлении, отдавая предпочтение одним целям и мотивам и отвергая другие. Принимая решение, человек чувствует, что дальнейший ход событий зависит от него, и это порождает специфическое для волевого акта чувство ответственности.

Процесс принятия решения достаточно сложен, и внутреннее напряжение, сопровождающее его, прогрессивно нарастает. Но после того, как решение принято, человек испытывает определенное облегчение, так как внутренняя напряженность снижается.

Однако принять решение не означает выполнить его. Иногда намерение может быть не реализовано и начатое дело не доводится до конца. Сущность волевого действия лежит не в борьбе мотивов и не в принятии решения, а в его исполнении. Только тот, кто умеет приводить свои решения в исполнение, может считаться человеком с достаточно сильной волей.

4) Четвертая, последняя ступень – исполнение, совершение действия. На этой ступени человек сталкивается не только с внутренними трудностями, как при конфликте мотивов, но и с разнообразными внешними трудностями, которые препятствуют достижению цели. Именно на этой ступени и выявляется сила или слабость воли человека. Хорошие планы недорого стоят, если их не претворять в жизнь.

Мы уже говорили, что иногда достижение цели не представляет трудности и не требует усилий, но чаще всего это все-таки связано с преодолением трудностей и препятствий. Трудности и препятствия бывают двух видов - внешние и внутренние. Внешние препятствия не зависят от человека, это внешние помехи, противодействия других

людей, природные препятствия. Внутренние препятствия зависят от самого человека: это нежелание делать то, что нужно, наличие противоположных побуждений, пассивность человека, плохое настроение, привычка действовать необдуманно, лень, чувство страха, чувство ложного самолюбия и т.д.

Воля человека и выражается в том, насколько он способен преодолевать препятствия и трудности на пути к цели, насколько умеет управлять своим поведением, подчинять свою деятельность определенным задачам, насколько является хозяином самого себя.

Люди со слабо развитой волей не проявляют настойчивости, решительности, не умеют сдерживать себя, подавлять сиюминутные побуждения во имя более общественно значимых, нравственно оправданных мотивов поведения и деятельности. Они нередко отступают даже перед незначительными трудностями и проблемами.

Анализ различных стадий в структуре волевого действия убедительно свидетельствует о том, что психологическим механизмом волевого действия является борьба мотивов, которая присутствует практически на всех стадиях волевого действия. В традиционной психологии борьба мотивов рассматривалась как ядро волевого акта. В действительности борьба мотивов в ходе волевого акта не должна абсолютизироваться, как и не может быть отброшена.