# Федеральное агентство по образованию

# Дальневосточный Государственный университет

# Институт психологии и социальных наук

# Факультет человековедения

# Кафедра социальной работы

**Потребности как движущий фактор активности**

Владивосток

2009

**Оглавление:**

Введение

Побудительные механизмы активности человека

Исторический экскурс в историю изучения детерминации активности человека

Иерархия потребностей

Направленность и мотивы деятельности личности

Понятие о направленности личности и мотивации деятельности

Управление потребностями

Заключение

Список литературы

**Введение**

Как самостоятельная научная проблема вопрос о потребностях стал обсуждаться в психологии сравнительно недавно, в первой четверти ХХ века. При этом потребность как переживание нужды рассматривалась среди различных эмоциональных проявлений, а порой – и как инстинкты. Очевидно, первой работой, специально посвященной потребностям, является книга экономиста и ученого Луйо Брентано. Он определил потребность как «всякое отрицательное чувство, соединенное со стремлением устранить его при помощи удаления вызывающей его неудовлетворённости». С тех пор появилось много различных точек зрения на её сущность – от чисто биологических до социально – экономических и философских. Так к первым можно отнести представления З.Фрейда о влечении и рассуждения Г.Холла (G.Hall, 1961) о «драйве». Существует точка зрения о потребностях как отсутствии блага у психолога Д.А.Леонтьева[[1]](#footnote-1) – как отношении между личностью и окружающим миром.

Потребности являются одним из важных факторов, побуждающих субъектов к активной деятельности. Благодаря потребностям жизнь приобретает целенаправленность, что происходит при удовлетворении потребности, либо предотвращении неприятного столкновения со средой. Удовлетворение потребностей – это процесс освоения определённой формы деятельности, обусловленной общественным развитием. Поскольку процесс удовлетворения выступает как целенаправленная деятельность, потребности являются источником активности личности. Осознавая цель субъективно как потребность, человек убеждается, что удовлетворение последней возможно лишь через достижение цели. Изучение потребностной сферы личности, соотнесение своих субъективных представлений о потребности с её объективным содержанием, поиск средств овладения целью как объектом определяет актуальность выбранной темы курсовой работы.

Методологической основой исследования послужили взгляды на феноменологию потребностей А.Маслоу. В настоящее время они являются основными. Он выделяет пять групп потребностей: физиологические, безопасности, причастности (к коллективу, обществу), признания и самореализации (самовыражения). Эти группы составляют иерархическую структуру, т.е. предполагается, что потребности удовлетворяются последовательно в том порядке, в котором они перечислены. Такую схему обычно изображают в виде пирамиды или лестницы потребностей.

В работе также использована литература известных зарубежных и отечественных ученых, занимающихся проблемами двигательной активности деятельности, в том числе мотивации и потребности. В частности, таких авторов, как Х.Хекхаузен, С.Л.Рубинштейн, Л.И.Божович, Д.А.Леонтьев, А.Г.Маклаков, Е.П.Ильин, Корин Свит.

Целью данной работы является выявление особенностей потребности как движущего фактора активности.

Объект исследования – потребности.

Предмет исследования –движущий фактор активности.

Задачи курсовой работы:

1. Осуществить литературный обзор основных научных подходов к изучению потребностной сферы личности и выявить степень разработанности проблемы.
2. Изучить иерархию и структуру потребностей.
3. Выявить направленность и мотивы деятельности личности.
4. Рассмотреть управление потребностями.

**Глава 1 Побудительные механизмы активности человека**

**1.1 Исторический экскурс в историю изучения детерминации активности человека**

Научному изучению причин активности человека, ее детерминации, положили начало великие мыслители древности – Аристотель, Гераклит, Демокрит, Лукреций, Платон, Сократ, упоминавшие о «нужде» как учительнице жизни. Демокрит, например, рассматривал нужду (потребность) как основную движущую силу, которая не только привела в действие эмоциональные переживания, но сделала ум человека изощрённым, позволила приобрести язык, речь и привычку к труду. Вне потребностей человек не смог бы выйти из дикого состояния.

Гераклит подробно рассматривал побудительные силы, влечения, потребности. По его мнению, потребности определяются условиями жизни. Говоря о связи побудительных сил и разума, Гераклит отмечал, что всякое желание покупается ценою «психеи», поэтому злоупотребление вожделением ведёт к её ослаблению. В то же время умеренность в удовлетворении потребностей способствует развитию и совершенствованию интеллектуальных способностей человека.

Сократ писал о том, что каждому человеку свойственны потребности, желания, стремления. При этом главное заключается не в том, каковы стремления человека, а в том, какое место они занимают в его жизни. Человек не может преодолеть свою природу и выйти из – под зависимости от других людей, если он не в состоянии управлять своими потребностями, желаниями и поведением. Люди, не способные укрощать свои побуждения, являются рабами телесных страстей и внешней действительности. Поэтому человек должен стремиться к минимизации потребностей и удовлетворять их только тогда, когда они становятся действительно насущными. Все это приблизило бы человека к богоподобному состоянию, и главные усилия воли и разума он смог бы направлять на поиск истины и смысла жизни.

У Платона потребности, влечения и страсти образуют «вожделеющую», или «низшую», душу которая подобна стаду и требует руководства со стороны «разумной и благородной души».

Аристотель сделал значительный шаг вперёд в объяснении механизмов поведения человека. Он полагал, что стремления всегда связаны с целью, в которой в форме образа или мысли представлен объект, имеющий для организма полезное или вредное значение. С другой стороны, стремления определяются потребностями и связанными с ними чувствами удовольствия и неудовольствия, функция которых состоит в том, чтобы сообщать и оценивать пригодность или непригодность данного объекта для жизни организма. Таким образом, любое волевое движение и эмоциональное состояние, определяющие активность человека, имеют природные основания.

Близки к этим воззрениям и взгляды Лукреция. Источниками воли, по его мнению, являются желания, вытекающие из потребностей.

Голландский философ Б.Спиноза считал главной побудительной силой поведения аффекты, к которым он относил в первую очередь влечения, связанные как с телом, так и с душой. Если влечение осознается, то оно превращается в желание.

Особое значение придавали потребностям, как основным источникам активности человека, французские материалисты конца XVIII века. Э.Кондильяк понимал потребности как беспокойство, вызываемое отсутствием чего – либо, ведущего к удовольствию. Благодаря потребностям, пологал он, возникают все душевные и телесные привычки.

П.Гольбах также подчеркивал определенную роль потребностей в жизни человека, но делал это глубже и последовательнее. Потребности, писал он, выступают движущим фактором наших страстей, воли, умственной активности. Через мотивы, представляющие собой реальные или воображаемые предметы, с которыми связано благополучие организма, потребности приводят в действие наши ум, чувства и волю и направляют их к тому, чтобы предпринять определённые меры для поддержания существования организма. Потребности человека беспрерывны, и это обстоятельство служит источником его постоянной активности. П.Гольбах в учении о потребностях утверждал, что для объяснения активности человека достаточно одних внешних причин, и полностью отвергал, традиционное представление идеализма о спонтанной активности сознания, познавательной, эмоциональной и волевой деятельности.

К.Гельвеций источником активности человека считал страсти. Физические, или природные, страсти возникают из – за удовлетворения или неудовлетворения потребностей. Последние он отождествлял с ощущениями.

 В ХIX веке большую роль потребностям в понимании поведения человека отводил Н.Г.Чернышевский[[2]](#footnote-2). Только через них, считал он, можно понять отношение субъекта к объекту, определить роль материально – экономических условий для психического и нравственного развития личности. С развитием потребностей он связывал и развитие познавательных способностей. Первичными являются органические потребности, удовлетворение которых ведёт и к появлению нравственно – эстетических потребностей.

Значительную роль в психической активности человека потребностям также отводил и американский психолог Р.Вудвортс. Благодаря им организм оказывается чувствительным к одним стимулам и безразличным к другим, что таким образом не только определяет характер двигательных реакций, но и влияет на восприятие окружающего мира (здесь смыкаются взгляды Р.Вудвортса и русского физиолога А.А.Ухтомского на доминанту и, по существу, рассматривается потребность как доминантный очаг возбуждения).

Таким образом, каждая новая «теория», внося что-то новое, отвергает представления предыдущих, однако большинство психологов признают за потребностью функцию побуждения активности (поведения, деятельности) человека.[[3]](#footnote-3)

**1.2 Иерархия потребностей**

Абрахам Маслоу [Maslow, 1968, 1987] полагал, что люди мотивированы для поиска личных целей, и это делает их жизнь значительной и осмысленной. Он описал человека как «желающее существо», который редко достигает состояние полного, завершенного удовлетворения. Полное отсутствие желаний и потребностей, когда (и если) оно существует, в лучшем случае недолговечно.

Маслоу предположил, что все потребности человека врождённые, или инстинктоидные, и что они организованы в иерархическую систему приоритета или доминирования.

Потребности в порядке их очерёдности:

* Физиологические потребности;
* Потребности бесопасности и защиты;
* Потребности принадлежности и любви;
* Потребности самоуважения;
* Потребности самоактуализации, или потребности личного совершенствования.

В соответствии с рисунком 1.

Рисунок 1

В основе этой схемы лежит допущение, что доминирующие потребности, расположенные внизу, должны быть более или менее удовлетворены до того, как человек может осознать наличие и быть мотивированным потребностями, расположенными вверху. Следовательно, потребности одного типа должны быть удовлетворены полностью прежде, чем другая, расположенная выше, потребность проявится и станет действующей. Удовлетворение потребностей, расположенных внизу иерархии, делает возможным осознание потребностей, расположенных выше в иерархии, и их участие в мотивации. Таким образом, физиологические потребности должны быть в достаточной степени удовлетворены прежде, чем возникнут потребности безопасности; физиологические потребности и потребности безопасности и защиты должны быть удовлетворены до некоторой степени прежде, чем возникнут и будут требовать удовлетворения потребности принадлежности и любви. По А.Маслоу, это последовательное расположение основных нужд в иерархии является главным принципом, лежащим в основе организации мотивации человека. Он исходил из того, что иерархия потребностей распространяется на всех людей и что чем выше человек может подняться в этой иерархии, тем большую индивидуальность, человеческие качества и психическое здоровье он продемонстрирует.

Маслоу допускал, что могут быть исключения из этого иерархического расположения мотивов. Он признавал, что какие – то творческие люди могут развивать и выражать свой талант, несмотря на серьёзные трудности и социальные проблемы. Также есть люди, чьи ценности и идеалы настолько сильны, что они готовы скорее переносить голод и жажду или даже умереть, чем отказаться от них. Например, общественные и политические активисты в Южной Африке, Балтийских государствах и восточноевропейских странах продолжали свою борьбу, несмотря на усталость, тюремное наказание, физические лишения и угрозу смерти. Голодовка, организованная сотнями китайских студентов на площади Тяньанмынь, - ещё один пример. Наконец, Маслоу предполагал, что некоторые люди могут создавать собственную иерархию потребностей благодаря особенностям своей биографии. Наприер, люди могут отдавать больший приоритет потребностям уважения, а не потребностям любви и принадлежности. Таких людей больше интересует престиж и повышение по службе, а не интимные отношения или семья. В целом, однако, чем ниже расположена потребность в иерархии, тем она сильнее и приоритетнее.

Ключевым моментом в концепции иерархии потребностей Маслоу является то, что потребности никогда не бывают удовлетворены по принципу «всё или ничего». Потребности частично совпадают, и человек одновременно может быть мотивирован на двух и более уровнях потребностей. А.Маслоу сделал предположение. Что средний человек удовлетворяет свои потребности примерно в следующей степени: 85% - физиологические, 70% - безопасность и защита, 50% - любовь и принадлежность, 40% - самоуважение и 10% - самоактуализация [Maslow, 1970]. К тому же потребности, появляющиеся в иерархии, возникают постепенно. Люди не просто удовлетворяют одну потребность за другой, но одновременно частично удовлетворяют и частично не удовлетворяют их. Следует также отметить, что неважно, насколько высоко продвинулся человек в иерархии потребностей: если потребности более низкого уровня перестанут удолвлетворяться, человек вернётся на данный уровень и останется там, пока эти потребности не будут в достаточной мере удовлетворены.

Согласно Маслоу, истина, добро и красота у среднего человека нашей культуры лишь слабо корригируют друг с другом, а у невротика еще слабее. Только у развитого и зрелого человека, у самоактуализирующейся, полностью функционирующей личности они корригируют столь сильно, что по отношению ко всем практическим целям как бы сливаются. «Этот результат, если он правилен, находится, — отмечает Маслоу, — в прямом противоречии с одной из исходных аксиом, руководящих всем научным мышлением. Согласно ей, чем более объективным становится восприятие, тем удаленнее оно от ценностей факт и ценность почти всегда рассматривались интеллектуалами как антиномичные и взаимоисключающие».

В качестве еще одной специфической характеристики организма, подчиненного единственной потребности - специфическое изменение личной философии будущего. Человек, измученный голодом, жизнь он мыслит в терминах еды, все остальное, не имеющее отношения к предмету его вожделений, воспринимается им как несущественное, второстепенное. Он считает бессмыслицей такие вещи как любовь, свобода, братство, уважение, его философия предельно проста и выражается присказкой: «Любовью сыт не будешь». Но когда он сыт, обнаруживаются другие (более высокие) потребности, и уже эти потребности овладевают его сознанием, занимая место физического голода. Стоит ему удовлетворить эти потребности, их место тут же занимают новые (еще более высокие) потребности, и так далее до бесконечности.

После удовлетворения физиологических потребностей их место в мотивационной жизни индивидуума занимают потребности безопасности (в стабильности; в зависимости; в защите; в свободе от страха, тревоги и хаоса; потребность в структуре, порядке, законе, ограничениях; другие потребности). Подобно физиологическим потребностям, эти желания также могут доминировать в организме, узурпировать право на организацию поведения, подчинив своей воле все возможности организма и нацелив их на достижение безопасности, и в этом случае организм рассматривается как инструмент обеспечения безопасности. Так же, как в случае с физиологическим позывом, рецепторы, эффекторы, ум, память и все прочие способности индивидуума в данной ситуации превращаются в орудие обеспечения безопасности.

Потребность в безопасности здорового и удачливого представителя нашей культуры, как правило, удовлетворена. Люди, живущие в мирном, стабильном, отлажено функционирующем, хорошем обществе, могут не бояться хищников, жары, морозов, преступников, им не угрожает ни хаос, ни притеснения тиранов. В такой обстановке потребность в безопасности не оказывает существенного влияния на мотивацию. Точно так же, как насытившийся человек уже не испытывает голода, человек, живущий в безопасном обществе, не чувствует угрозы.

Для того, чтобы наблюдать потребности данного уровня в их активном состоянии, нам приходится обращаться к проблемам невротиков и невротизированных индивидуумов, к представителям социально и экономически обездоленных классов; массовые проявления активной работы этих потребностей наблюдаются в периоды социальных потрясений, революционных перемен. В нормальном же обществе, у здоровых людей потребность в безопасности проявляется только в мягких формах, например, в виде желания устроиться на работу в компанию, которая предоставляет своим работникам социальные гарантии, в попытках откладывать деньги на "черный день", в самом существовании различных видов страхования (медицинское, страхование от потери работы или утраты трудоспособности, пенсионное страхование).

Тягой к безопасности в какой-то мере объясняется также исключительно человеческая потребность в религии, в мировоззрении, стремление человека объяснить принципы мироздания и определить свое место в универсуме. Можно предположить, что наука и философия как таковые в какой-то степени мотивированы потребностью в безопасности. Потребность в безопасности редко выступает как активная сила, она доминирует только в ситуациях критических, экстремальных, побуждая организм мобилизовать все силы для борьбы с угрозой. Критическими или экстремальными ситуациями мы называем войны, болезни, стихийные бедствия, вспышки преступности, социальные кризисы, неврозы, поражения мозга, а также ситуации, отличающиеся хронически неблагоприятными, угрожающими условиями.

Потребность в любви. После того, как потребности физиологического уровня и потребности уровня безопасности достаточно удовлетворены, актуализируется потребность в любви, привязанности, принадлежности, и мотивационная спираль начинает новый виток. Человек, как никогда, остро начинает ощущать нехватку друзей, отсутствие любимого, жены или детей. Он жаждет теплых, дружеских отношений, ему нужна социальная группа, которая обеспечила бы его такими отношениями, семья, которая приняла бы его как своего. Именно эта цель становится самой значимой и самой важной для человека, он может уже не помнить о том, что когда-то, когда он терпел нужду и был постоянно голоден, само понятие "любовь" не вызывало у него ничего, кроме презрительной усмешки. Теперь же он терзаем чувством одиночества, болезненно переживает свою отверженность, ищет свои корни, родственную душу, друга.

Невозможность удовлетворить потребность в любви и принадлежности приводит к дезадаптации, а порой и к более серьезной патологии. В нашем обществе сложилось амбивалентное отношение к любви и нежности, и особенно к сексуальным способам выражения этих чувств; почти всегда проявление любви и нежности наталкивается на то или иное табу или ограничение. Практически все теоретики психопатологии сходятся во мнении, что в основе нарушений адаптации лежит неудовлетворенная потребность в любви и привязанности.

Потребность в признании. Каждый человек (за редкими исключениями, связанными с патологией) постоянно нуждается в признании, в устойчивой и, как правило, высокой оценке собственных достоинств, каждому из нас необходимы и уважение окружающих нас людей, и возможность уважать самого себя. Потребности этого уровня подразделяются на два класса. В первый входят желания и стремления, связанные с понятием «достижение». Человеку необходимо ощущение собственного могущества, адекватности, компетентности, ему нужно чувство уверенности, независимости и свободы. Во второй класс потребностей мы включаем потребность в репутации или в престиже (мы определяем эти понятия как уважение окружающих), потребность в завоевании статуса, внимания, признания, славы.

Удовлетворение потребности в оценке, уважении порождает у индивидуума чувство уверенности в себе, чувство собственной значимости, силы, адекватности, чувство, что он полезен и необходим в этом мире. Неудовлетворенная потребность, напротив, вызывает у него чувство униженности, слабости, беспомощности, которые, в свою очередь, служат почвой для уныния, запускают компенсаторные и невротические механизмы. Исследования тяжелых случаев посттравматических неврозов помогают нам понять, насколько необходимо человеку чувство уверенности в себе и насколько беспомощен человек, лишенный этого чувства.

Потребность в самоактуализации. Если все вышеперечисленные потребности человека удовлетворены, он вскоре вновь почувствует неудовлетворенность оттого, что занимается совсем не тем, к чему предрасположен. Говоря о самоактуализации, имеется в виду стремление человека к самоосуществлению, к воплощению в действительность потенциально присущих ему возможностей. Это стремление можно назвать стремлением к самотождественности, самобытности. У разных людей эта потребность выражается по-разному. Один желает стать идеальным родителем. Другой стремится достичь спортивных высот, третий пытается творить или изобретать. Как правило, человек начинает ощущать потребность в самоактуализации только после того, как удовлетворит потребности нижележащих уровней.

Жизнь человека характеризуется тем, что люди почти всегда чего – то желают. Если одна потребность удовлетворена, другая всплывает на поверхность и направляет внимание и усилия человека. Когда человек удовлетворяет и её, следующая требует удовлетворения.

Таким образом, последовательность в удовлетворении потребностей существует, однако ее нельзя считать одинаковой для всех людей. Иерархия потребностей является преимущественно индивидуальной или групповой. Общим можно считать лишь то, что удовлетворение потребностей существования на некотором базовом уровне является необходимым условием формирования всех остальных потребностей.

**Глава 2 Направленность и мотивы деятельности личности**

**2.1 Понятие о направленности личности и мотивации деятельности**

Направленность личности всегда социально обусловлена и формируется в процессе воспитания. Направленность – это установки, ставшие свойствами личности и проявляющиеся в таких формах, как влечение, желание, стремление, интерес, склонность, идеал, мировоззрение, убеждение. Причем в основе всех форм направленности личности лежат мотивы деятельности.

Кратко охарактеризуем каждую из выделеных форм направленности в порядке их иерархии. Прежде всего, следует остановиться на влечении.

С психологической точки зрения – это психическое состояние, выражающее недифференцированную, неосознанную или недостаточно осознанную потребность. Как правило, влечение является преходящим явлением, поскольку представленная в нём потребность либо угасает, либо осознаётся, превращаясь в желание.

Желание – это осознанная потребность и влечение к чему – либо вполне определённому. Следует отметить, что желание, будучи достаточно осознанным, имеет побуждающую силу. Оно обостряет осознание цели будущего действия и построение его плана. Данная форма направленности характеризуется осознанием не только своей потребности, но и возможных путей её удовлетворения.

Следующая форма направленности – стремление. Стремление возникает тогда, когда в структуру желания включается волевой компонент. Поэтому стремление часто рассматривается в качестве вполне определённого побуждения к деятельности.

Наиболее ярко характеризуют направленность личности её интересы. Интерес – это специфическая форма проявления познавательной потребности, обеспечивающая направленность личности на осознание целей деятельности и тем самым способствующая ориентировке личности в окружающей действительности. Субъективно интерес обнаруживается в эмоциональном тоне, сопровождающем процесс познания или внимание к определённому объекту. Одной из наиболее существенных характеристик интереса является то, что при его удовлетворении он не угасает, а , наоборот, вызывает новые интересы, соответствующие более высокому уровню познавательной деятельности.

Интересы являются важнейшей побудительной силой к познанию окружающей действительности. Различают непосредственный интерес, вызываемый привлекательностью объекта, и опосредованный интерес к объекту как средству достижения целей деятельности. Косвенной характеристикой осознанности потребностей, отражающихся в интересах, является устойчивость интересов, которая выражается в длительности их сохранения и в их интенсивности. Также следует подчеркнуть, что широта и содержание интересов могут служить одной из наиболее ярких характеристик личности.

Интерес в динамике своего развития может превратиться в склонность. Это происходит тогда, когда в интерес включается волевой компонент. Склонность характеризует направленность индивида на определённую деятельность. Основой склонности является глубокая устойчивая потребность индивида в той или иной деятельности, т. е. интерес к определённому виду деятельности. В качестве основы склонности также может выступать стремление совершенствовать умения и навыки, связанные с данной потребностью. Принято считать, что возникшая склонность может рассматриваться в качестве предпосылки к развитию определённых способностей.

Следующая форма проявления направленности личности – это идеал. Идеал – это конкретизируемая в образе или представлении предметная цель склонности индивида, т. е. то, к чему он стремится, на что ориентируется. Идеалы человека могут выступать в качестве одной из наиболее значимых характеристик мировоззрения человека, т. е. его ситемы взглядов на объективный мир, на место в нём человека, на отношение человека к окружающей его действительности и к самому себе. В мировоззрении отражаются не только идеалы , но и ценностные ориентации людей, их принципы познания и деятельности, их убеждения.

Убеждение – высшая форма направленности – это система мотивов личности, побуждающих её поступать в соответствии со своими взглядами, принципами, мировоззрением. В основе убеждений лежат осознанные потребности, которые побуждают личность действовать, формируют её мотивацию к деятельности.

Поскольку мы подошли к проблеме мотивации, следует отметить, что в поведении человека есть две функционально взаимосвязанные стороны: побудительная и регуляционная. Рассмотренные нами ранее психические процессы и состояния обеспечивают в основном регуляцию поведения. Что же касается его стимуляции, или побуждений, обеспечивающих активизацию и направленность поведения, то они связаны с мотивами и мотивацией.

Мотив – это побуждения к деятельности, связанные с удовлетворением потребности субъекта. Под мотивом также часто понимают причину, лежащую в основе выбора действий и поступков, совокупность внешних и внутренних условий, вызывающих активность субъекта.

Термин «мотивация» представляет собой более широкое понятие, чем термин «мотив». Слово «мотивация» используется в современной психологии в двояком смысле: как обозначающее систему факторов, детерминирующих поведение (сюда входят, в частности, потребности, мотивы, цели, намерения, стремления и многое другое), и как характеристика процесса, который стимулирует и поддерживает поведенческую активность на определённом уровне. Чаще всего в научной литературе мотивация рассматривается как совокупность причин психологического характера, объясняющих поведение человека, его начало, направленность и активность.

Вопрос о мотивации деятельности возникает каждый раз, когда необходимо объяснить причины поступков человека. Причём любая форма поведения может быть объяснена как внутренними, так и внешними причинами. В первом случае в качестве исходного и конечного пунктов объяснения выступают психологические свойства субъекта поведения, а во втором – внешние условия и обстоятельства его деятельности. В первом случае говорят о мотивах, потребностях, целях, намерениях, желаниях, интересах и т. п., а во втором – о стимулах, исходящих из сложившейся ситуации. Иногда все психологические факторы, которые как бы изнутри, от человека определяют его поведение, называют личностными диспозициями. Тогда соответственно говорят о диспозиционной и ситуационной мотивациях как аналогах внутренней и внешней детерминации поведения.

Внутренняя (диспозиционная) и внешняя (ситуационная) мотивации взаимосвязаны. Диспозиции могут актуализироваться под влиянием определённой ситуации, а активизация определённых диспозиций (мотивов, потребностей) приводит к изменению восприятия субъектом ситуации. Его внимание в таком случае становится избирательным, и субъект предвзято воспринимает и оценивает ситуацию, исходя из актуальных интересов и потребностей. Поэтому любое действие человека рассматривают как двояко детерминированное: диспозиционно и ситуационно. Сиюминутное поведение человека следует рассматривать не как реакцию на определенные внутренние или внешние стимулы, а как результат непрерывного взаимодействия его диспозиций с ситуацией. Таким образом, мотивация человека может быть представлена как циклический процесс непрерывного взаимного воздействия и преобразования, в котором субъект действия и ситуация взаимно влияют друг на друга и результатом которого является реально наблюдаемое поведение. С этой точки зрения мотивация представляет собой процесс непрерывного выбора и принятия решений на основе взвешивания поведенческих альтернатив.

В свою очередь, мотив в отличие от мотивации – это то, что принадлежит самому субъекту поведения, является его устойчивым личностным свойством, изнутри побуждающим к совершению определённых действий. Мотивы могут быть осознанными или неосознаваемыми. Основная роль в формировании направленности личности принадлежит осознанным мотивам. Следует отметить, что сами мотивы формируются из потребностей человека. Потребности есть у всех живых существ, и этим живая природа отличается от неживой. Другим её отличием, также связанным с потребностями, является избирательность реагирования живого именно на то, что составляет предмет потребностей,т. е. на то, чего организму в данный момент времени не хватает.

Количество и качество потребностей, которые имеют живые существа, зависит от уровня их организации, от образа и условий жизни, от места, занимаемого соответствующим организмом на эволюциоонной лестнице. Меньше всего потребностей у растений, которые имеют нужду только в определенных биохимических и физических условиях существования. Больше всего разнообразных потребностей у человека, который кроме физических и органических потребностей обладает ещё и духовными, социальными. Социальные потребности выражаются в стремлении человека жить в обществе, взаимодействовать с другими людьми.

Основные характеристики человеческих потребностей – сила, периодичность возникновения и способ удовлетворения. Дополнительной, но весьма существенной характеристикой, особенно когда речь идёт о личности, является предметное содержание потребности, т. е. совокупность тех объектов материальной и духовной культуры, с помощью которых данная потребность может быть удовлетворена.

Побуждающим к деятельности фактором является цель. Целью называют осознаваемый результат, на достижение которого в данный момент направлено действие, связанное с деятельностью, удовлетворяющей актуализированную потребность. Если всю сферу осознанного поведения представить в виде своеобразной арены, на которой разворачивается красочный и многогранный спектакль человеческой жизни, и допустить, что наиболее ярко в данный момент на ней освещено то место, которое должно приковывать к себе наибольшее внимание зрителя (самого субъекта), то это и будет цель. Психологически цель есть то мотивационно – побудительное содержание сознания, которое воспринимается человеком как непосредственный и ближайший ожидаемый результат его деятельности.

Цель является основным объектом внимания, который занимает определенный объем кратковременной и оперативной памяти; с ней связаны разворачивающийся в данный момент времени мыслительный процесс и большая часть всевозможных эмоциональных переживаний.

Принято различать цель деятельности и жизненную цель. Это связано с тем, что человеку приходится выполнять в течении жизни множество разнообразных деятельностей, в каждой из которых реализуется определённая цель. Но цель любой отдельной деятельности раскрывает лишь какую – то одну сторону направленности личности, проявляющуюся в данной деятельности. Жизненная цель выступает в качестве обобщающего фактора всех частных целей, связанных с отдельными деятельностями. В то же время реализация каждой из целей деятельности есть частичная реализация общей жизненной цели личности. С жизненными целями связан уровень достижений личности. В жизненных целях личности находит выражение сознаваемая ею «концепция собственного будущего». Осознание человеком не только цели, но и реальности её осуществления рассматривается как перспектива личности.

Состояние расстройства, подавленности, свойственное человеку, осознающему невозможность осуществления перспективы, называется фрустрацией. Это состояние возникает в тех случаях, когда человек на пути к достижению цели сталкивается с реально непреодолимыми препятствиями, барьерами или когда они воспринимаются как таковые.

Мотивационную сферу человека, с точки зрения ее развитости, можно оценивать по следующим параметрам: широта, гибкость и иерархизированность. Под широтой мотивационной сферы понимается качественное разнообразие мотивационных факторов – диспозиций (мотивов), потребностей и целей. Чем больше у человека разнообразных мотивов, потребностей и целей, тем более развитой является его мотивационная сфера.

Гибкость мотивационной сферы выражается в том, что для удовлетворения мотивационного побуждения более общего характера (более высокого уровня) может быть использовано больше разнообразных мотивационных побудителей более низкого уровня. Например, более гибкой является мотивационная сфера человека, который в зависимости от обстоятельств удовлетворения одного того же мотива может использовать более разнообразные средства, чем другой человек. Скажем, для одного индивида потребность в знаниях может быть удовлетворена только с помощью телевидения, радио и кино, а для другого средством её удовлетворения также являются разнообразные книги, периодическая печать, общение с людьми. У последнего мотивационная сфера, по определению, будет более гибкой.

Следует отметить, что широта и гибкость характеризуют мотивационную сферу человека по – разному. Широта – это разнообразие потенциального круга предметов, способных служить для данного человека средством удовлетворения актуальной потребности, а гибкость – подвижность связей, существующих между разными уровнями иерархической организации мотивационной сферы: между мотивами и потребностями, мотивами и целями, потребностями и целями.

Таким образом, выявлено, что направленность – это установки, ставшие свойствами личности. Проявляются в таких формах, как влечение, желание, стремление, интерес, склонность, идеал, мировоззрение, убеждение. В основе всех форм направленности личности лежат мотивы деятельности.

**2.2 Управление потребностями**

Управление потребностями есть не что иное, как управление идеей потребности и ее образами. Тот, кто пытается проявлять силу воли путем подавления своих потребностей, всегда будет терпеть поражение. Конечно, до определенного момента он сможет их подавлять, но стоит потерять бдительность или в состоянии внутреннего конфликта или кризиса ослабить волю, как потребности немедленно овладевают положением и начинают господствовать, как и прежде. Поэтому тот, кто с ужасными страданиям голодал три дня, может быть уверен в том, что его "человек привычки" наверстает упущенное с лихвой и возьмет реванш. То же, можно сказать, происходит и со многими другими потребностями. Кто-то решил просто запретить себе бессмысленно смотреть телевизор. Этот запрет имеет силу, только пока воля не спит и сохраняет бдительность. Но стоит ей отпустить на время "вожжи", как потребность возьмет реванш. Энергия, направленная на подавление потребности, чаще всего расходуется вхолостую, и приходится позднее расплачиваться за грубое насилие, которое применяем к собственным потребностям. Овладение своими желаниями и постепенное восхождение к индивидуальности не может быть основано на все возрастающем насилии над самим собой. Результаты насилия неустойчивы, и чтобы их сохранить, постоянно требуется сохранение бдительности, чтобы вовремя совершить акт насилия, чтобы подавить "человека привычки" в себе. Насилие сегодня потребует большего насилия завтра, и конца этому нет. Важно ненасильственно управлять своими желаниями.

Потребности контролируются путем определения отношения к идее потребности и повышением способности контролировать свое воображение и мышление путем формирования умений и привычек саногенного мышления[[4]](#footnote-4). Йоги установили, что тот, кто начинает контролировать потребность в дыхании, приобретает силу и власть над другими потребностями, так как дыхание символически связано с ними, например, с потребностью жизни, безопасности, с потребностью быть бессмертным. Овладевший своей потребностью в достижениях устраняет страх неудачи, которая связана у современного человека с огромным числом желаний.

Следовательно, тот, кто желает управлять потребностями, должен стремиться своевременно переключить энергию потребности на что-то другое. А чтобы уметь это делать, надо знать, как происходит порождение желания, уметь наблюдать этот процесс в себе.

**Заключение**

Подводя итоги проведенной работы по изучению потребностей как движущего фактора активности, следует отметить, что каждая новая «теория», внося что-то новое, отвергает представления предыдущих, однако большинство психологов признают за потребностью функцию побуждения активности (поведения, деятельности) человека.

Динамичность классификации потребностей заключается в том, что высшие потребности могут направлять поведение индивида лишь в той мере, в какой удовлетворены его более низшие потребности. Т.е. без удовлетворения низших потребностей невозможно достижение высшего уровня – самоактуализации. Что же касается самого высокого класса способностей - самоактуализации, то, по А.Маслоу, самоактуализация как способность может присутствовать у большинства людей, но лишь у небольшого меньшинства она является в какой-то степени свершившейся. Хотя некоторая последовательность в удовлетворении потребностей, несомненно, существует, однако ее нельзя считать одинаковой для всех людей. Иерархия потребностей является преимущественно индивидуальной или групповой. Общим можно считать лишь то, что удовлетворение потребностей существования на некотором базовом уровне является необходимым условием формирования всех остальных потребностей. Следовательно, при классификации потребностей должны учитываться не только их виды, но и уровни удовлетворения. В зависимости от индивидуальных склонностей, способностей и притязаний у одних людей после достижения базового уровня удовлетворения потребностей существования будет доминировать стремление к максимизации потребления материальных благ; у других — к власти и славе; у третьих — к знаниям и творчеству; у четвертых — к духовному совершенствованию.

Жизнь человека характеризуется тем, что люди почти всегда чего – то желают. Если одна потребность удовлетворена, другая всплывает на поверхность и направляет внимание и усилия человека. Когда человек удовлетворяет и её, следующая требует удовлетворения. Потребность активизирует организм, стимулирует его поведение, направленное на поиск того, что требуется.

Список литературы:

1. Божович Л.И. Проблемы формирования личности: Под редакцией Д. И. Фельдштейна. 2-изд. М.: Издательство «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «МОДЭК», 1997.352 с.
2. Брушлинский, В.П. Зинченко и др. – 3-е изд., перераб. И доп. – М.: Просвещение, 1986. -464с.
3. Ершов П.М. Потребности человека. – М.: Мысль, 1990. – 364с.
4. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы. - СПб., Питер, 2002. – 512 с.: ил. – (Серия «Мастера психологии).
5. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – Изд. 2-е. – М.: Политиздат, 1977. - 304с.
6. Маклаков А.Г. Общая психология. СПб.: Питер, 2002. – 592 с.: ил. – (Серия «Учебник нового века).
7. Немов, Р.С. Практическая психология– М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003. - 320с.
8. Орлов Ю.М. Восхождение к индивидуальности. - М., 1991, с. 52-73.
9. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. – СПб., Питер, 2002. 720 с.: ил. – (Серия «Мастера психологии»).
10. Словарь практического психолога. / Сост. С. Ю. Головин. – Минск: Харвест, м.: ООО «Издательство АСТ», 2003. – 800 с.
11. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Практикум / Л.Д.Столяренко.- Ростов – на – Дону: «Феникс», 1999. -576с.
12. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. 3 – е междунар. Изд. – СПб.: Питер, 2003. – 608 с.: ил. – (Серия «Мастера психологии»)
13. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. 2 – е междунар. Изд. – СПб.: Питер, 2003. – 860 с.: ил. – (Серия «Мастера психологии»
1. Леонтьев Д.А. Жизненный мир человека и проблема потребностей //Психологический журнал.-1992.-№ 2. [↑](#footnote-ref-1)
2. Никола́й Гаври́лович Черныше́вский русский философ-утопист, революционер, редактор, литературный критик, публицист и писатель. [↑](#footnote-ref-2)
3. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы.- СПб.:Питер, 2002.- 512с.:ил.-(Серия «Мастера психологии»). [↑](#footnote-ref-3)
4. Орлов Ю.М. Восхождение к индивидуальности. - М., 1991, с. 52-73. [↑](#footnote-ref-4)