**Эмоциональная и волевая сферы личности**

Морозов А.В.

Отношения человека к окружающему миру не только понимаются им и проявляются в действиях, но и переживаются в виде эмоций. Эмоции есть одна из форм отражения сознанием реального мира. Но если восприятие отражает реальный мир при непосредственном его действии на органы чувств, а мышление опосредствованно отражает связи и отношения между предметами и явлениями, то эмоции отражают эти предметы не сами по себе, а в их отношении к человеку, в их значении для его потребностей и мотивов деятельности.

Эмоции - особый класс субъективных психологических состояний, отражающих в форме непосредственных переживаний, ощущений приятного или неприятного отношения человека к миру и людям, процесс и результаты его практической деятельности.

Эмоции человек не только переживает, но и выражает внешне в виде телесных проявлений: мимики (изменения положения губ и бровей), пантомимики (жестов, позы), тона голоса (вокальной мимики), ряда вегетативных явлений (изменения частоты сердечных сокращений и дыхания, покраснения или побледнения, изменения тонуса мышц, дрожи, потоотделения) и более или менее глубоких биохимических изменений в организме (выделения надпочечниками адреналина, увеличения сахара в крови, появления в моче белка и т. д.). Наблюдение за этими телесными проявлениями эмоций помогает их изучению, хотя и не всегда может вскрыть содержание переживаемого чувства.

Под эмоциями, или эмоциональными переживаниями, обычно подразумевают самые разнообразные реакции человека - от бурных взрывов страсти до тонких оттенков настроения. В психологии эмоциями называют процессы, отражающие личную значимость и оценку внешних и внутренних ситуаций для жизнедеятельности человека в форме переживаний. Наиболее существенной чертой эмоций является их субъективность. Если такие психические процессы, как восприятие и мышление, позволяют человеку более или менее объективно отражать окружающий и не зависящий от него мир, то эмоции служат для отражения субъективного отношения человека к самому себе и к окружающему его миру. Именно эмоции отражают личную значимость познания через вдохновение, одержимость, пристрастность и интерес.

Структура эмоциональных процессов существенно отличается от структуры познавательных. К классу эмоций относятся настроения, чувства, аффекты, страсти, стрессы [172]. Это так называемые "чистые" эмоции. Они включены во все психические процессы и состояния человека.

Наиболее мощная эмоциональная реакция - аффект. Он полностью захватывает психику человека, как бы сплавляя главный воздействующий раздражитель со всеми смежными и тем самым образуя обобщенный аффективный комплекс, предопределяющий единую реакцию на ситуацию в целом, включая сопутствующие ассоциации и движения.

Отличительными чертами аффекта являются его ситуативность, обобщенность, большая интенсивность и малая продолжительность. В аффекте резко изменяется внимание, снижается его переключаемость, и в поле восприятия удерживаются только те объекты, которые в связи с переживанием вошли в комплекс. Все остальные раздражители, не вошедшие в комплекс, осознаются недостаточно - и это одна из причин практической неуправляемости этим состоянием. Вместе с тем может иметь место и облегчение перехода к неуправляемым действиям, и полное оцепенение. Поскольку аффект захватывает человека целиком, то, если он получает выход в какой-нибудь деятельности, даже не относящейся непосредственно к объекту аффекта, он ослабляется иногда до такой степени, что наступает упадок сил, безразличие. Регулирующая, приспособительная функция аффектов состоит в формировании специфического ответа и соответствующего следа в памяти, определяющего в дальнейшем избирательность по отношению к ситуациям, которые прежде вызывали аффект.

Итак, аффект – это кратковременное, бурно протекающее состояние сильного эмоционального возбуждения, возникающее в результате фрустрации (эмоционально тяжелое переживание человеком своей неудачи, сопровождающееся чувством безысходности, крушения надежд в достижении определенной желаемой цели) или какой-либо иной, сильно действующей на психику причины, обычно связанной с неудовлетворением очень важных для человека потребностей.

Настроение - эмоциональное "хроническое" состояние, окрашивающее все поведение человека, связанное со слабо выраженными положительными или отрицательными эмоциями и существующее в течение длительного времени.

Чувство - высшая, культурно-обусловленная эмоция человека, связанная с некоторым социальным объектом. Это устойчивые психические состояния, имеющие четко выраженный предметный характер. Они выражают устойчивое отношение к каким-либо конкретным объектам (реальным или воображаемым). Конкретная отнесенность чувства проявляется в том, что человек не может переживать чувство вообще, безотносительно, а только к кому-нибудь или к чему-нибудь. Например, человек не в состоянии испытывать чувство любви, если у него нет объекта привязанности или поклонения.

Страсть - сильно выраженная увлеченность человека кем-либо или чем-либо, сопровождающаяся глубокими эмоциональными переживаниями, связанными с соответствующим объектом. Страсти, в отличие от аффектов, – более длительные состояния. Они – реакция не только на события свершившиеся, но и на вероятные или вспоминаемые. Если аффекты возникают к концу действия и отражают суммарную итоговую оценку ситуации, то страсти смещаются к началу действия и предвосхищают результат. Они носят опережающий характер, отражая события в форме обобщенной субъективной оценки.

И, наконец, стресс. Этот вид эмоций имеет очень важное значение в жизни человека, а потому подробную картину этого состояния мы рассмотрим в отдельной лекции в Разделе VI "Психология конфликта". Здесь же лишь отметим, что это такое состояние душевного (эмоционального) и поведенческого расстройства, связанное с неспособностью человека целесообразно и разумно действовать в сложившейся ситуации, которое вызывается неожиданной и напряженной обстановкой.

Все эмоциональные проявления характеризуются направленностью (положительной или отрицательной), степенью напряжения и уровнем обобщенности. Направленность эмоции связана не столько с результатом деятельности, сколько с тем, насколько полученный результат соответствует мотиву деятельности, например, в какой мере достигнуто желаемое. Важно подчеркнуть: эмоции не только осознаются и осмысливаются, но и переживаются. В отличие от мышления, отражающего свойства и отношения внешних объектов, переживание - это непосредственное отражение человеком своих собственных состояний, так как раздражитель, вызывающий соответствующую эмоцию через изменение состояния рецепторного аппарата, находится внутри организма.

Поскольку эмоция отражает отношение человека к объекту, постольку она обязательно включает некоторую информацию о самом объекте, в чем и состоит предметность эмоций. В этом смысле отражение объекта - познавательный компонент эмоции, а отражение состояния человека в этот момент – ее субъективный компонент. Отсюда следует двойная обусловленность эмоций: с одной стороны, потребностями человека, которые определяют его отношение к объекту эмоций, а с другой - его способностью отразить и понять определенные свойства этого объекта.

Органическая взаимосвязь двух основных компонентов эмоции - объективного и субъективного – позволяет реализовать их вероятностно-прогностические функции в регуляции поведения человека. Отражая вероятностные события, эмоция определяет предвосхищение, являющееся значимым звеном всякого обучения. Например, эмоция страха заставляет ребенка избегать огня, которым он когда-то обжегся. Эмоция может предвосхищать также благоприятные события.

Мы уже обращали внимание на то обстоятельство, что при эмоциональном возбуждении человека, его состояние сопровождается определенными физиологическими реакциями: изменяется давление крови, содержание в ней сахара, частота пульса и дыхания, напряженность мышц. Джеймс [84] и Г. Н. Ланге [165] предполагали, что именно эти изменения и исчерпывают существо эмоций, однако в дальнейшем было экспериментально показано, что глубокие органические изменения, происходящие при эмоциональных реакциях, не исчерпывают существа эмоций: когда в опыте исключили все их физиологические проявления, субъективное переживание сохранялось. Следовательно, необходимые биологические компоненты не исчерпывают эмоции.

Оставалось неясным, для чего нужны физиологические изменения. Впоследствии выяснили, что указанные реакции существенны не для переживания эмоций, а для активизации всех сил организма для усиленной мышечной деятельности (при борьбе или бегстве), наступающей обычно вслед за сильной эмоциональной реакцией. На основании этого пришли к заключению, что эмоции осуществляют энергетическую мобилизацию организма [67; 342]. Такое представление позволяет понять биологическую ценность врожденных эмоций.

В одной из своих лекций И. П. Павлов пояснял причину тесных связей между эмоциями и мышечными движениями следующим образом: "Если мы обратимся к нашим отдаленным прародителям, то увидим, что там все было основано на мускулах... Нельзя себе представить какого-нибудь зверя, лежащего часами и гневающегося без всяких мышечных проявлений своего гнева. У наших предков каждое чувствование переходило в работу мышц. Когда гневается, например, лев, то это выливается у него в форму драки, испуг зайца сейчас же переходит в бег и т. д. И у наших зоологических предков все выливалось так же непосредственно в какую-либо деятельность скелетной мускулатуры: то они в страхе убегали от опасности, то в гневе сами набрасывались на врага, то защищали жизнь своего ребенка" [228, с. 71].

Весьма выразительное описание физиологических и поведенческих компонентов радости, печали и гнева приводит в своих работах Г. Н. Ланге [165]. Радость сопровождается усилением иннервации в мышцах внешних движений, при этом мелкие артерии расширяются, усиливается приток крови к коже, она краснеет и делается теплее, ускоренное кровообращение облегчает питание тканей, и все физиологические отправления начинают совершаться лучше. Радующийся человек жестикулирует, дети прыгают и хлопают в ладоши, поют и смеются. Радость молодит, потому что человек довольный, находящийся в хорошем настроении, создает оптимальные условия для питания всех тканей тела.

Напротив, характерным признаком физиологических проявлений печали является ее парализующее действие на мышцы произвольного движения, возникает чувство усталости и, как это бывает при всякой усталости, наблюдаются медленные и слабые движения. Глаза кажутся большими, так как расслабляются мышцы глазной впадины. В то время как мышцы расслабляются, сосудодвигатели сжимаются и ткани обескровливаются. Человек постоянно ощущает чувство холода и озноба, с большим трудом согревается и очень чувствителен к холоду, мелкие сосуды легких при этом сокращаются, и, вследствие этого, легкие освобождаются от крови. В таком положении человек ощущает недостаток воздуха, стеснение и тяжесть в груди и старается облегчить свое состояние продолжительными и глубокими вздохами. Печального человека можно узнать и по его внешнему виду: он ходит медленно, руки его болтаются, голос слабый, беззвучный. Такой человек охотно остается неподвижным. Огорчения очень старят, поскольку они сопровождаются изменениями на клеточном уровне - кожи, волос, ногтей, зубов. Известно, например, что в армиях, терпящих поражение, наблюдается гораздо большая подверженность болезням, чем в армиях победоносных.

Итак, если вы хотите подольше сохранить молодость, то не выходите из душевного равновесия по пустякам, чаще радуйтесь и стремитесь удержать хорошее настроение.

Однако биологический компонент приспособительной функции такого сложного психического процесса, как эмоция, - способствовать своевременной и полноценной энергетической мобилизации организма в экстремальных условиях - не ограничивает роль эмоций в жизни человека.

Теоретические положения П. К. Анохина подчеркивают стабилизирующую функцию эмоций и ее глубинную связь с процессами предсказания ситуации на базе следов памяти [17]. Он считал, что эмоциональные переживания закрепились в эволюции как механизм, удерживающий жизненные процессы в оптимальных границах и предупреждающий разрушительный характер недостатка или избытка жизненно значимых факторов. Положительные эмоции появляются тогда, когда представления о будущем полезном результате, извлеченные из памяти, совпадают с результатом совершенного поведенческого акта. Несовпадение ведет к отрицательным эмоциональным состояниям.

Переживательный компонент эмоции обеспечивает человеку возможность приспособиться к существованию в информационно неопределенной среде. В условиях полной определенности цель может быть достигнута и без помощи эмоций; у человека не будет ни радости, ни торжества, если в заранее определенное время, совершив несколько строго определенных действий, он окажется у цели, достижение которой заведомо не вызывало сомнений.

Эмоции возникают при недостатке сведений, необходимых для достижения цели, они способствуют поиску новой информации и тем самым повышают вероятность достижения цели [53; 298]. Однако люди вынуждены удовлетворять свои потребности в условиях хронического дефицита информации. Это обстоятельство способствовало развитию особых форм приспособления, связанных с эмоциями, которые обеспечивают приток дополнительной информации, изменяя чувствительность сенсорных входов. Повышая чувствительность, эмоции способствуют реагированию на расширенный диапазон внешних сигналов. Одновременно повышается разрешающая способность восприятия сигналов внутренней среды, и, следовательно, больше гипотез извлекается из хранилищ памяти. Это, в свою очередь, приводит к тому, что при решении задачи могут быть использованы маловероятные или случайные ассоциации, которые в спокойном состоянии не рассматривались бы.

В условиях дефицита информации, необходимой для организации действий, возникают отрицательные эмоции. Как считает П. В. Симонов [298], эмоция страха развивается при недостатке сведений, необходимых для защиты. Именно в этом случае становится целесообразным реагирование на расширенный круг сигналов, полезность которых еще не известна. Подобно энергетической мобилизации, такое реагирование избыточно и незакономерно, но зато оно предотвращает пропуск действительно важного сигнала, игнорирование которого может стоить жизни.

Самой сильной отрицательной эмоцией является страх, который определяется как ожидание и предсказание неудачи при совершении действия, которое должно быть выполнено в данных условиях [404]. Повторные неудачи в сочетании с необходимостью вновь и вновь повторять безуспешное действие приводят к страху перед этим действием. Информированность способствует преодолению страха. Так, в соревнованиях равных по силе спортивных команд, как известно, чаще побеждают хозяева поля, то есть спортсмены, выступающие в своем спортивном зале, в своей стране. Предварительная информированность спортсменов об условиях соревнований, о соперниках, о стране и ее нравах, обычаях способствует тому, чтобы в сознании спортсменов не оставалось места неосведомленности, а вместе с тем и тревоге, сомнению и страху.

Очень часто страх, возникающий в ситуациях неожиданных и неизвестных, достигает такой силы, что человек погибает. Понимание того, что страх может быть следствием недостатка информации, позволяет его преодолеть. Известна старинная притча о страхе. "Куда ты идешь?" - спросил странник, поравнявшись с Чумой. "Иду в Багдад. Мне нужно уморить там пять тысяч человек". Через несколько дней тот же человек снова встретил Чуму. "Ты сказала, что уморишь пять тысяч, а уморила пятьдесят", - упрекнул он ее. "Нет, - возразила она, – я погубила только пять тысяч, остальные умерли от страха".

Мужественный французский врач Ален Бомбар, взявший на себя труд разобраться в причинах гибели терпящих бедствие в открытом море и доказавший личным примером, что можно переплыть океан в резиновой спасательной шлюпке, пришел к выводу, что главной причиной гибели людей в море является чувство обреченности, ужас перед стихией. Он писал: "Жертвы легендарных кораблекрушений, погибшие преждевременно, я знаю, вас погубила не жажда. Раскачиваясь на волнах под жалобные крики чаек, вы умерли от страха!" [39, с. 14].

Предполагают, что чувство удивления связано с теми же условиями, при которых иногда возникает страх. Реакцию удивления рассматривают как своеобразную форму страха, которая пропорциональна разнице между предвидимой и фактически полученной дозой информации. При удивлении внимание сосредоточивается на причинах необычного, а при страхе - на предвосхищении угрозы. Понимание родства удивления и страха позволяет преодолеть страх, если перенести акцент с результатов события на анализ его причин.

Удовольствие, радость, счастье - положительные эмоции. Удовольствие обычно возникает как результат уже происходящего действия, в то время как радость чаще связана с ожиданием удовольствия при растущей вероятности удовлетворения какой-либо потребности. Эмоция удовольствия присуща и животным, а радость и счастье возникают только в ситуации человеческих межличностных отношений. Самая мощная положительная эмоция - счастье. Человек обычно стремится выбрать для себя по возможности такую деятельность, которая дала бы ему достижимый при данных обстоятельствах максимум счастья в том смысле, как он его понимает.

Попробуйте с помощью утверждений, приведенных ниже, определить свой уровень тревожности на момент выполнения теста (РТ), отражающий реакцию на кратковременную сиюминутную ситуацию; и уровень тревожности, отражающий привычное (долговременное) для вас состояние (ЛТ). Варианты ответов следующие: "нет, это не так", "пожалуй так", "верно", "совершенно верно" (тест № 9).

Итак, отвечая на первые 20 утверждений, необходимо выбрать вариант ответа в зависимости от того, как вы себя чувствуете в данный момент, а отвечая на утверждения с 21 по 40, - в зависимости от того, как вы себя чувствуете обычно.

Я спокоен.

Мне ничто не угрожает.

Я нахожусь в напряжении.

Я испытываю сожаление.

Я чувствую себя свободно.

Я расстроен.

Меня волнуют возможные неудачи.

Я чувствую себя отдохнувшим.

Я встревожен.

Я испытываю чувство внутреннего удовлетворения.

Я уверен в себе.

Я нервничаю.

Я не нахожу себе места.

Я взвинчен.

Я не чувствую скованности, напряженности.

Я доволен.

Я озабочен.

Я слишком возбужден и мне не по себе.

Мне радостно.

Мне приятно.

Я испытываю удовольствие.

Я обычно быстро устаю.

Я легко могу заплакать.

Я хотел бы быть таким же счастливым, как и другие.

Нередко я проигрываю от того, что недостаточно быстро принимаю решения.

Обычно я чувствую себя бодрым.

Я спокоен, хладнокровен и собран.

Ожидаемые трудности обычно очень тревожат меня.

Я слишком переживаю из-за пустяков.

Я вполне счастлив.

Я принимаю все слишком близко к сердцу.

Мне не хватает уверенности в себе.

Обычно я чувствую себя в безопасности.

Я стараюсь избегать критических ситуаций.

У меня бывает хандра.

Я доволен.

Всякие пустяки отвлекают и волнуют меня.

Я так сильно переживаю свои разочарования, что потом долго не могу о них забыть.

Я уравновешенный человек.

Меня охватывает сильное беспокойство, когда я думаю о своих делах и заботах.

Творческая жизнь и деятельность людей, решающих практические задачи в области развития экономики, науки, техники, культуры и искусства требуют от человека большой активности и напряжения физических и духовных сил. Вот почему каждый, кто имеет конкретные цели в своей жизни и прикладывает вполне определенные усилия для их осуществления и воплощения задуманного в реальность, должен обладать необходимыми волевыми качествами.

Воля - это свойство (процесс, состояние) человека, проявляющееся в его способности сознательно управлять своей психикой и поступками. Проявляется в преодолении препятствий, возникающих на пути достижения сознательно поставленной цели.

Все волевые действия целенаправленны. Но чтобы цели достигались, нужные действия должны согласовываться. Без определенной цели и учета обстоятельств, при которых приходится действовать, люди не смогли бы подчинить себе природу и использовать ее блага, вести человеческий образ жизни и сообща производить все то, что необходимо для удовлетворения их материальных и духовных потребностей. Значит, чтобы действовать не хаотически, не от случая к случаю, а организованно, то есть волевым образом, люди учитывают особенности своей деятельности и условия, в которых им приходится действовать. При этом они их оценивают и в одних случаях к ним приспосабливаются, в других – изменяют их, в третьих – создают новые.

Каковы же признаки волевого акта?

Волевой акт всегда связан с приложением усилий, принятием решений и их реализацией.

Для волевого акта характерно наличие продуманного плана осуществления каких-либо действий.

Волевой акт характеризует усиленное внимание к действию и отсутствие непосредствен-ного удовольствия, получаемого в процессе и в результате его выполнения (имеется в виду эмоционального, а не морального удовольствия).

Воля является действенной стороной сознания человека, то есть таким его качеством, благодаря которому психическая деятельность влияет на деятельность практическую. Под влиянием волевых процессов человек может приложить усилия к тому, чтобы активизировать свои действия и поступки и добиться их успешного завершения в условиях преодоления трудностей. Но тот же человек благодаря воле может удержаться от совершения каких-то действий или поступков, замедлить или остановить их, если они начались, или направить по другому руслу. Это очень важное и сложное свойство личности.

Согласно теории И. П. Павлова, только человек обладает возможностями волевого торможения своей деятельности. В данном случае "тормоз" не менее, а часто более сложное волевое усилие, чем активизация.

Если человек может мобилизовать свои физические и моральные силы на борьбу с трудностями, то он обладает высокоразвитой, сильной волей.

Волевая деятельность всегда состоит из определенных волевых действий, в которых содержатся все признаки и качества воли, изучение волевых действий ведет к правильному пониманию воли в целом и успешному решению задач ее воспитания.

Что же представляет собой волевое, то есть произвольное, преднамеренное действие, входящее в состав управляемой человеческой деятельности (или каковы основные фазы волевого процесса)?

Первоначальным моментом всякого волевого действия - его первой фазой – является возникновение побуждения и постановка цели, на достижение которой направляется данное действие. Цель можно ставить как перед собой, так и перед другими людьми, принимать или отвергать ее, когда она ставится кем-нибудь другим или обстоятельствами жизни.

Следующий момент волевого действия – вторая фаза волевого процесса - стадия обсуждения и борьбы мотивов, выбор, использование и создание средств, способов и приемов достижения поставленной цели.

Это обусловлено тем, что цели бывают различные и ставятся они в различных условиях. Сознательная постановка целей связана с конкретным учетом условий, средств и других возможностей их достижения. Если же цель возникает без учета таких возможностей или вопреки им, то она будет не вполне осознанной, недосягаемой и, значит, нереальной, нежизненной, чем-то вроде смутного влечения.

Определение конкретных путей и возможностей достижения цели является основой планирования человеком своих действий и деятельности в целом.

После постановки цели и определения средств ее достижения наступает следующий момент волевого действия - третья фаза волевого процесса - принятие решения, то есть выбор действия в соответствии с целью.

Этот момент волевого действия объясняется тем, что постановка цели и определение средств ее достижения человеку даются далеко не всегда просто и легко. Особенно сложно это делать в нестандартной ситуации, в экстремальной обстановке.

Далее следует заключительная - четвертая фаза волевого процесса - исполнение принятого решения. Это завершающий момент волевого действия. Исполнить решение – значит практически достигнуть цели. На этом и заканчивается конкретное волевое действие, составляющее элемент волевой деятельности человека.

Для понимания всей сложности волевой сферы личности необходимо учитывать, что человеческая деятельность состоит не только из произвольных, то есть целенаправленных, преднамеренных, действий. Человек совершает немало и таких полезных действий, которые принято называть непроизвольными, неволевыми.

Неволевыми действиями называются действия, которые в каждом частном случае совершаются без контроля со стороны человека и не нуждаются в постоянно осознанном регулировании.

К числу неволевых действий в первую очередь следует отнести так называемые автоматические действия. Это, например, отдергивание руки от чего-то, причиняющего боль, поворот головы по направлению к неожиданно раздавшемуся звуку или вспыхнувшему свету, резкое движение рук, наклон корпуса вперед или в сторону для того, чтобы поддержать равновесие и не упасть, когда человек поскользнется, это прыжок с дороги в сторону при неожиданном появлении автомашины и т. д. Действия такого рода называются автоматическими, их мышечный и нервный механизмы являются врожденными. Каждое такое действие рассматривается физиологией нервной деятельности как безусловный рефлекс, как такой ответ на внешнее или внутреннее раздражение, механизм которого не требует каких-либо специально организованных условий для своего образования. Эти механизмы по законам биологии передаются из поколения в поколение и являются в своей основе врожденными.

К категории неволевых действий относятся и более сложные, так называемые инстинктивные действия. Они, как правило, состоят из ряда простейших автоматических действий, система которых обеспечивает отправление ряда жизненных функций организма.

Инстинктивные действия входят в состав человеческой деятельности, однако, они подчинены действиям специфически человеческим, волевым, то есть действиям, возникновение и развитие которых осуществляется по законам жизни человека, а не животного.

Наряду с простейшими автоматическими, безусловнорефлекторными и сложными инстинктивными действиями, состоящими из цепи безусловных рефлексов, имеются и такие действия, которые вырабатываются в течение жизни индивидуума, то есть неврожденные и в каждом конкретном случае как бы не связанные с осознанными волевыми действиями. К категории приобретенных действий относятся в первую очередь навыки.

Воля как один из сложнейших психических процессов создает у человека определенные психические состояния (активность, собранность и т. п.) и является очень важным, более или менее устойчивым психическим свойством личности, от которого зависит действенность мышления и чувства, а также активность совершаемых практических действий и поступков.

Современные психологи по-разному рассматривают волю. Это зависит от того, с каких философских позиций они выступают и как объясняют категории свободы и необходимости. Но как бы разнообразны и противоречивы эти взгляды ни были, в общей сложности они сводятся к двум основным направлениям.

Сторонники так называемого индетерминизма считают, что человек абсолютно свободен, а его действия и поступки никем и ничем не ограничены. По их мнению, человек обладает волей, которая является безграничной духовной силой, способной преодолеть любые препятствия, стоящие на его жизненном пути. Придерживающихся этой позиции, по существу, объединяет признание воли, не зависящей от материальных условий жизни человека. Это не научное - идеалистическое направление. Оно не в состоянии правильно ответить на вопрос о том, что такое воля, и показать ее роль в жизни человека, так как пытается рассмотреть волю вне времени и пространства, вне зависимости ее от законов существования природы, человеческого общества и психики человека. Такое истолкование воли не помогает, да и не может помочь человеку решать практические задачи, например в области формирования личности, воспитания воли и т. д.

Сторонники другого направления - детерминизма, в отличие от индетерминизма, подчеркивают закономерную зависимость человека от материальных условий его жизни, от причинно-следственных связей и отношений, в которые он включен. Это направление прогрессивное, так как оно признает материальность мира, его единство.

Характеристика воли свидетельствует о ее социальной сущности, то есть о том, что она возникает и развивается по законам общественным, а не биологическим. Именно в силу этого обстоятельства существование организма человека, и в частности функционирование его нервной системы, в том числе и физиологические механизмы волевых действий, в принципе зависят от образа жизни человека и характера его деятельности. А это, как известно, определяется тем обществом, членом которого является человек.

К основным волевым качествам человека можно отнести целеустремленность, самообладание, самостоятельность, решительность, настойчивость, энергичность, инициативность, исполнительность.

Целеустремленность - это способность человека подчинять свои действия целям, которые необходимо достигнуть, это мобилизация сил на то, чтобы правильно определить пути, средства, способы и приемы своей деятельности, это целевая направленность принимаемых решений и их исполнения.

Самообладание – это волевое качество, характерное для людей, которые управляют своими мыслями и чувствами, своими действиями и поступками. Люди, которым свойственно самообладание, уравновешенны и последовательны.

Самостоятельность - это волевое качество; оно заключается в возможности человека не поддаваться влияниям различных сил, которые могут отвлечь его от достижения поставленной цели. Если человек необоснованно отказывается от своих мнений и взглядов и легко становится на чужую точку зрения, если он без особой нужды обращается за помощью или предпочитает действовать по привычному для него шаблону, а не самостоятельно и творчески, то нельзя признать, что у него развито такое волевое качество, как самостоятельность. Бывают, однако, случаи когда негативизм (необоснованное стремление поступить наперекор кому-то) ошибочно оценивается как самостоятельность. Негативизм - признак не силы, а слабости человека.

Решительность – это волевое качество человека, благодаря которому он способен принимать своевременные, обоснованные и твердые решения в различных условиях своей жизни и деятельности. Если человек в какой-либо сложной обстановке не принимает решения действовать определенным образом, потому что растерялся, если он надеется на счастливое стечение обстоятельств или на неожиданную помощь, то назвать его решительным нельзя. Такой человек, как правило, неуверен в своих силах, недооценивает возможности и силы других людей и, как правило, сомневается в успешном исходе дела.

Настойчивость - это волевое качество, благодаря которому человек может мобилизовать свои силы для относительно длительной и сложной борьбы с препятствиями и трудностями, встречающимися в его деятельности на пути достижения достаточно отдаленных целей. Без настойчивости, без того чтобы стоять на своем и бороться за выполнение принятого решения, не может быть решительности, самостоятельности, самообладания и целеустремленности.

Энергичность - это волевое качество, представляющее собой возможность человека действовать быстро и с большим напряжением своих физических и духовных сил. Направляя свою деятельность на достижение поставленной цели, энергичный человек, как правило, не отступает перед трудностями, они его не размагничивают, а наоборот, мобилизуют. Такой человек всегда к чему-то стремится, строит планы и увлекает за собой других.

Инициативность - это волевое качество, благодаря которому человек действует творчески. Это отвечающая времени и условиям активная и смелая гибкость действий и поступков человека. Инициативность проявляется главным образом намеренно, а не под влиянием безотчетного стихийного порыва. Инициатива, как правило, связана с напряжением физических и духовных сил того, кто ее проявляет.

Исполнительность – это волевое качество человека, которое заключается в активном, старательном и систематическом исполнении принимаемых решений. Исполнительный человек испытывает потребность в том, чтобы полностью завершить начатое им или порученное ему дело.

Заканчивая рассмотрение волевой сферы человека, вам предлагается внимательно прочитать приведенные ниже вопросы и постараться ответить на них с максимальной объективностью (тест № 10). В случае согласия с содержанием вопроса ставится "да"; сомнения, неуверенности - "не знаю" (или "бывает", "случается"); несогласия - "нет".

В состоянии ли вы завершить начатую работу, которая вам неинтересна, независимо от того, позволяют ли время и обстоятельства оторваться и потом снова вернуться к ней?

Преодолеете ли вы без особых усилий внутреннее сопротивление, когда нужно сделать что-то неприятное (например, пойти на дежурство в выходной день)?

Когда попадаете в конфликтную ситуацию - на работе или в быту, – в состоянии ли вы взять себя в руки настолько, чтобы взглянуть на ситуацию трезво, с максимальной объективностью?

Если вам прописана диета, сможете ли преодолеть все кулинарные соблазны?

Найдете ли силы встать утром раньше обычного, как было запланировано вечером?

Останетесь ли на месте происшествия, чтобы дать свидетельские показания?

Быстро ли отвечаете на письма?

Если у вас вызывает страх предстоящий полет на самолете или посещение зубоврачебного кабинета, сумеете ли без особого труда преодолеть это чувство и в последний момент не изменить своего намерения?

Будете ли принимать очень неприятное лекарство, которое вам настойчиво рекомендуют врачи?

Сдержите ли данное сгоряча обещание, даже если выполнение его принесет вам немало хлопот, иными словами, являетесь ли вы человеком слова?

Без колебаний ли вы отправляетесь в командировку (деловую поездку) в незнакомый город?

Строго ли придерживаетесь распорядка дня: времени пробуждения, приема пищи, занятий, уборки и прочих дел?

Относитесь ли неодобрительно к библиотечным задолжникам?

Самая интересная телепередача не заставит вас отложить выполнение срочной и важной работы. Так ли это?

Сможете ли вы прервать ссору и замолчать, какими бы обидными ни казались вам слова оппонента?