РЕФЕРАТ

по курсу «Психология»

по теме: «Волевые качества человека»

**1. Воля, ее функции**

Воля – это способность человека управлять своим поведением, мобилизовать свои силы на преодоление трудностей, стоящих на пути к цели. Не любые действия человека являются волевыми. Действия, не связанные с сознательной постановкой цели и преодолением трудностей (например, поворот головы на резкий или неожиданный звук), являются непроизвольными. Произвольные действия всегда предполагают осознание цели, представление тех операций, с помощью которых она может быть достигнута. Это сознательные действия, направленные на определенную цель и связанные с преодолением трудностей, стоящих перед человеком на пути к цели.

В психической деятельности человека воля выполняет две взаимосвязанные функции – активизирующую и тормозящую. Активизирующая функция проявляется в том, что воля позволяет человеку мобилизовать свои внутренние силы и направить их на активную деятельность по достижению сознательно поставленной цели. Воля обеспечивает переход от познания и переживаний человека к практической деятельности в соответствии со своими потребностями, намерениями, интересами. В то же время с помощью волевых усилий человек регулирует свое поведение, тормозит возникновение таких побуждений и осуществление таких действий, которые не соответствуют его идеалам, убеждениям, предъявляемым требованиям. В этом находит свое выражение функция торможения, контроля, регулирования поведения.

Физиологические основы воли составляет взаимодействие первой и второй сигнальных систем коры головного мозга. С помощью, главным образом, первой сигнальной системы осуществляется непосредственное отражение окружающей обстановки, условий деятельности человека. Постановка же цели, обдумывание путей ее достижения, сознательные усилия, преодоление трудностей, управление собой основываются на активности второй сигнальной системы. В единстве и взаимодействии этих двух систем ведущую роль играет вторая сигнальная система. "Человек, - говорил И.П. Павлов, - прежде всего, воспринимает действительность через первую сигнальную систему, затем он становится хозяином действительности через вторую сигнальную систему (слово, речь, научное мышление)".

Когда совершается волевое действие, в коре головного мозга возникают сложные процессы возбуждения и торможения. Возбуждение позволяет активизировать, торможение – задержать слова и движения. Сила и уравновешенность нервных процессов коры головного мозга (первой и второй сигнальных систем) основа регулирования человеком поведения.

Волевой процесс тесно связан со всеми другими сторонами психики человека: вниманием, мышлением, воображением, памятью, чувствами, темпераментом, способностями, характером. "Воля, - писал И.М. Сеченов, – не есть какой-то безличный агент, распоряжающийся только движением, – это деятельная сторона разума и морального чувства".

Человек преодолевает препятствие не только благодаря воле и под влиянием своих потребностей, чувств, опыта, знаний, привычек. Поэтому нельзя считать единственным критерием воли преодоление трудностей. Специфика волевого психического процесса состоит в сознательном усилий, направленном на активизацию всех возможностей для достижения цели.

Каждое волевое действие имеет определенную внутреннюю структуру. В простом волевом действии четко выделяются два звена – постановка цели и исполнение. Действие, направленное на достижение цели, осуществляется немедленно, как только возникло соответствующее побуждение. Промежуточные звенья здесь отсутствуют.

Сложное волевое действие включает в себя: осознание цели, ее важности; определение путей достижения цели, наиболее подходящих способов действий; принятие решения; исполнение принятого решения, выполнение поставленной задачи; оценка сделанного.

Всякое волевое действие предполагает наличие цели, которая возникает перед человеком. Иначе говоря, человек осознает то, чего он хочет добиться путем тех или иных действий – изменить свое положение в коллективе, удовлетворить какие-то потребности и т.д. Цель у человека возникает либо в результате актуализации внутренних побуждений (мотивов), либо осознания задачи, поставленной руководителем, командиром. Важной психологической проблемой здесь является глубокое осознание человеком необходимости выполнения данной задачи, превращение его во внутренне принятую цель, появление желания достичь ее.

Следующее звено волевого действия – обдумывание того, как достичь поставленной цели, каковы должны быть пути к ее достижению, какие виды действий к ней ведут. При этом обдумывании иногда взвешивается целесообразность того или иного пути, выбор тех средств, которые делают реальным достижение цели. Все это связано с интеллектуальной деятельностью человека. Нередко затрагивается и мотивационная сфера личности, возникает борьба мотивов, т.е. столкновение противостоящих, несовпадающих побуждений, между которыми предстоит сделать выбор. И уже здесь человеку приходится проявить волевое усилие, чтобы преодолеть борьбу противоречивых побуждении.

Существенным звеном волевого действия выступает принятие решения осуществить данное действие, с помощью которого достичь поставленной цели. Для принятия решения требуется не только максимальная осознанность, но и решительность, ответственность личности. С принятием решения, как правило, наступает разрядка, ослабевает напряжение, сопровождающее борьбу мотивов. Человек испытывает полное облегчение, чувство удовлетворения, снимаются все колебания и внутреннее напряжение, если принятое решение соответствует его желаниям, помыслам. Но облегчение наступает и тогда, когда принимаемое решение не полностью согласуется с желаниями и чаяниями человека. Напряжение снижает сам факт состоявшегося решения.

Исполнения решения – самая главная часть волевого действия. Оно всегда сопряжено с преодолением внешних и внутренних трудностей. Внешние, объективные трудности не зависят от самого человека. Это – затруднения в работе, сложность выполняемых операций, требующих больших физических усилий, сопротивление других людей, погодные и климатические условия и т.д. Внутренние, субъективные трудности зависят от физического и психического состояния человека. К ним относятся отсутствие знаний, опыта, противоречие между прежними привычками и новыми требованиями и др. В большинстве случаев внешние и внутренние трудности проявляются в единстве.

Для преодоления этих трудностей требуется волевое усилие, которое характеризуется количеством энергии, затраченной человеком на выполнение целенаправленного действия или удержание от него. Волевое усилие пронизывает все звенья волевого акта – осознание цели, определение путей ее достижения, принятие решения. Но особенно проявляется оно в процессе исполнения принятого решения, в борьбе с трудностями. По способности человека проявить волевые усилия судят об особенностях его воли.

Важное место в психологической структуре волевого действия занимает оценка сделанного. Еще в процессе деятельности человек контролирует и корректирует свои действия. В каждый момент он сличает получаемый результат с идеальным образом цели (или ее части), который был создан заранее. На завершающем этапе деятельности оценка ее результатов, анализ процесса достижения цели приобретают самостоятельное значение. Это необходимо, чтобы выявить и учесть в дальнейшем как положительное, так и недостатки в действиях человека.

Особо значимое волевое действие (героический поступок, подвиг) совершается как порыв в предельно короткое время при мобилизации всех сил личности. В таких условиях все звенья волевого действия как бы сливаются воедино, взаимо пронизывают друг друга. Осознание цели, принятие решения, программы действий, определение способов достижения цели здесь вплетается в непосредственные практические действия человека. Чаще всего это бывает в чрезвычайных обстоятельствах: в боевой обстановке, при спасении жизни людей, при стихийных действиях, авариях, катастрофах и т.д.

**2. Волевые качества человека**

Воля человека проявляется в его практической деятельности как совокупность присущих ему волевых качеств. Основными из них являются:

целеустремленность,

настойчивость,

инициативность,

решительность,

самостоятельность,

смелость,

храбрость,

самообладание,

стойкость,

мужество и др.

Целеустремленность проявляется, как способность человека подчинять все свои действия и поступки сознательно поставленным, общественно-значимым целям. Человек, обладающий целеустремленностью, как правило, достигает высоких результатов в своей жизни и деятельности. Он не разменивается на мелочи, хорошо понимает общественные потребности и интересы и, в соответствии с ними, ставит перед собой цели. При этом общественные и личные цели гармонически сочетаются. Целеустремленный – это одержимый (в самом положительном понимании этого слова) человек.

С целеустремленностью тесно связано такое волевое качество, как настойчивость. Она проявляется в способности человека к длительному и неослабному напряжению энергии, проявлению высокой волевой активности в соответствии с поставленной целью. Настойчивого человека трудности не пугают, он неуклонно движется к намеченной цели, не останавливаясь перед неудачами. Не настойчивые люди не способны к длительному напряжению своих физических и духовных сил, перед трудностями пасуют, останавливаются перед неудачами, поддаются постоянному чувству сомнения, встретив препятствия, откладывают исполнение принятого решения или совсем отказываются от него.

Настойчивость коренным образом отличается от упрямства и негативизма, свидетельствующих о слабости воли человека. Негативизм – необоснованное противодействие всему тому, что исходит от других людей. Упрямство, как частный случай негативизма, проявляется в том, что человек отстаивает неверные позиции, ошибочно принятое решение, невзирая на мнение окружающих. Инициативность как волевое качество – это умение и способность человека проявить творчество и самостоятельность при выполнении задачи. Она находит свое выражение в его почине, в умении отыскать лучшие средства и приемы достижения цели. Инициативность противоположна инертности, равнодушию и безразличному отношению к делу. Одной из ее предпосылок является хорошо развитое мышление, готовность нести ответственность за последствия своих действий.

Инициативный человек, как правило, обладает и таким волевым качеством, как решительность. Она представляет собой способность своевременно принимать обоснованные и продуманные решения и без промедления переходить к их выполнению. Решительный человек всесторонне и глубоко обдумывает цели действия и способы их достижения, понимает важность принимаемого решения, отдает себе отчет в возможных последствиях. Решительность – качество личности, свидетельствующее о высоком уровне развития воли.

Нерешительность у различных людей проявляется по-разному. Для одних свойственны колебания, сомнения или торопливость при принятии решения (чтобы поскорее избавиться от мучительной для них процедуры). Другие – безвольны в исполнении решения, допускают сомнения, колебания в выборе путей и средств или откладывают его без достаточных оснований.

Инициативность и решительность предполагают самостоятельность человека. Она проявляется в неуклонном проведении в жизнь принятого решения в силу твердого убеждения в его правильности. Самостоятельный человек не ждет подсказки, указаний от других людей, не боится проявить инициативу, взять на себя всю полноту ответственности за предпринимаемые действия. Самостоятельность предполагает уверенность в своих силах, критичность ума, высокую ответственность. Противоположностью самостоятельности является внушаемость – легкая податливость чужому влиянию, безоговорочное принятие советов других людей. Человек, легко поддающийся внушению, может совершить поступки, которые до этого сам считал неправильными.

К числу важных волевых качеств относится и смелость, позволяющая человеку идти на риск, на выполнение таких задач, исход которых неясен. Она проявляется не только в опасной для жизни ситуации, но и в необычной, новой обстановке, в принципиальности, критике и самокритике.

Со смелостью неразрывно связана храбрость – способность вести борьбу в обстановке непосредственной опасности. Если смелость может проявляться в повседневной жизни, то храбрость наиболее ярко обнаруживается в бою с врагом. Большое значение для проявления храбрости имеет уверенность в своих силах. Храбрые и смелые действия, как правило, связаны с риском. Если действия, хотя бы и сложные, совершаются в безопасной, знакомой обстановке, то их нельзя назвать ни смелыми, ни храбрыми.

Самообладание представляет собой такое волевое качество, в котором выражается способность человека сдерживать психическую и физическую активность, мешающую достижению цели. Это его умение владеть собой в экстремальных и стрессовых условиях. Самообладание помогает проявить выдержку в случае неудачи или неожиданного изменения обстановки, удержаться от неправильных действий, подавить отрицательные чувства и желания. Самообладание основывается на устойчивости убеждений, привычек и чувств человека, а также на ясном понимании им обстановки, в которой он находится.

Стойкость – это моральная и физическая выносливость в длительной борьбе с трудностями, временными неудачами и невзгодами. Упорство и настойчивость в действиях, направленных на достижение цели, – основной признак стойкого поведения человека.

Со стойкостью неразрывно связано мужество – такое волевое качество, которое позволяет человеку не терять присутствие духа и вести себя с достоинством в любой обстановке. Обладая мужеством, человек всегда остается хозяином своих чувств и стремлений, в любых условиях сохраняет ясность ума. Мужество проявляется как в сложных и опасных обстоятельствах, так и в повседневной жизни. Человек может мужественно переносить свое горе, переживать неудачи, преодолевать жизненные затруднения и неудобства.

**Литература**

1. Балин Л.К. Психология человека. М.: Издательство «Мир», 2005 год

2. Попов Е.В. Психология. Уч. Пособие. М.: 2007 год

3. Коломейцев С.Г. Основы психологии. М.: 2006 год