**Воля**

Воля – это сознательная регуляция человеком своего поведения и деятельности, выраженная в умении преодолевать внутренние и внешние трудности при совершении целенаправленных действий и поступков.

Воля является важным компонентом психики человека, неразрывно связана с мотивационной сферой личности, познавательными и эмоциональными процессами. Главной функцией воли выступает усиление мотивации и совершенствование на этой основе сознательной регуляции действий.

Волевое действие связано с осознанием цели деятельности, ее значимости, подчинением своих импульсов сознательному контролю и изменением окружающей действительности в соответствии со своими замыслами.

**Характеристики волевого действия**

Является осознанным, целенаправленным, намеренным, принятым к осуществлению по собственному сознательному решению.

Является действием, необходимым по внешним (социальным) или личным причинам, т.е. всегда существуют основания, по которым действие принимается к исполнению.

Имеет исходный или проявляющийся при его осуществлении дефицит побуждения (или торможения).

В итоге обеспечивается дополнительным побуждением (торможением) за счет функционирования определенных механизмов и заканчивается достижением намеченной цели.

Волевые действия различают по степени сложности. В случае, когда в побуждении ясно видна цель и оно непосредственно переходит в действие, говорят о простом волевом акте. Сложному волевому акту предшествует учет последствий, осознание мотивов, принятие решения, составление плана его осуществления.

Волевое действие каждого человека имеет свою особую неповторимость, так как является отражением относительно устойчивой структуры личности. В рамках индивидуальных различий волевой сферы выделяемые параметры могут характеризовать как волевой акт в целом, так и отдельные его звенья. В частности, одной из основных характеристик воли является ее сила.

Осознание цели и стремление ее достичь

Осознание ряда возможностей достижения цели

Появление мотивов, утверждающих или отрицающих эти возможности

Преодоление внешних препятствий при осуществлении принятого решения и достижение поставленной цели

Осуществление принятого решения

Принятие одной из возможностей в качестве решения

Борьба мотивов и выбор

Сила воли проявляется на всех этапах волевого акта, но ярче всего в том, какие препятствия преодолены при помощи волевых действий и какие результаты при этом получены. Именно препятствия, преодолеваемые посредством волевых усилий, являются объективным показателем проявления силы воли.

Анализируя отдельные звенья волевого акта, можно заключить, что первый, пусковой этап волевого действия во многом зависит от таких качеств личности, как целеустремленность, инициативность, самостоятельность, выдержка и самообладание.

Целеустремленность – умение человека подчинять свои действия поставленным целям. Целеустремленность является важнейшим мотивационно-волевым качеством личности, определяющим содержание и уровень развития всех других волевых качеств. Различают целеустремленность стратегическую − умение личности руководствоваться во всей своей жизнедеятельности определенными принципами и идеалами и целеустремленность оперативную − умение ставить ясные цели для отдельных действий и не отвлекаться от них в процессе исполнения.

Инициативность – способность работать творчески, предпринимая действия по собственному почину. Для многих людей самым трудным является преодоление своей инертности, они не могут что-то предпринять сами, без стимуляции извне.

Самостоятельность волевого акта проявляется в умении не поддаваться влиянию различных факторов, критически оценивать советы и предложения других людей, действовать на основе своих взглядов и убеждений. Самостоятельные люди без посторонней помощи видят проблему и, исходя из нее, ставят перед собой цель. Обычно такие люди активно отстаивают свою точку зрения, свое понимание задачи, цели и пути ее реализации.

Выдержка – умение затормозить действия, чувства, мысли, мешающие осуществлению принятого решения. Это способность постоянно контролировать свое поведение. Часто бывает трудно удержаться от импульсивных действий в эмоционально напряженной обстановке. Выдержанный человек всегда сумеет выбрать уровень активности, соответствующий условиям и оправданный обстоятельствами. В дальнейшем это обеспечивает успех в достижении поставленной цели.

Самообладание – способность человека сохранять внутреннее спокойствие, действовать разумно и взвешенно в сложных жизненных ситуациях.

Инициативность, самостоятельность как волевые качества личности противостоят таким качествам, как внушаемость, податливость, инертность, однако их надо отличать от негативизма как немотивированной склонности поступать наперекор другим.

Индивидуальным параметром, характеризующим особенности этапа актуализации одного или нескольких мотивов и этапа принятия решения, выступает решительность – умение принимать и претворять в жизнь быстрые, обоснованные и твердые решения. Решительность реализуется в выборе доминирующего мотива и адекватных средств достижения цели. Особенно ярко она проявляется в сложных ситуациях, где действие сопряжено с некоторым риском. Своевременно принять решение – значит принять его именно в тот момент, когда этого требуют обстоятельства. Решительные люди всесторонне и глубоко обдумывают цели действия, способы их достижения, переживая сложную внутреннюю борьбу, столкновение мотивов. Решительность проявляется и при реализации поставленной цели: для решительных людей характерен быстрый и энергичный переход от выбора действий и средств к самому выполнению действия. Существенной предпосылкой решительности является смелость – умение противостоять страху и идти на оправданный риск для достижения своей цели.

Качествами, противоположными решительности, выступают нерешительность, импульсивность и противоречивость.

Важнейшей характеристикой этапа исполнения деятельности является настойчивость, или упорство.

Настойчивость, или упорство, – умение человека мобилизовать свои возможности для длительной борьбы с трудностями. Настойчивый человек способен найти в окружающих условиях именно то, что поможет достижению цели. Настойчивые люди не останавливаются перед неудачами, не поддаются сомнениям, не обращают внимание на упреки или противодействие других людей.

От настойчивости следует отличать упрямство – качество личности, выражающееся в стремлении поступать по-своему, вопреки разумным доводам, просьбам, советам, указаниям других людей.

**Список литературы**

Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии: Информ.-метод. Пособие к курсу «Психология человека»: - М.: Пед. общ-во России, 1999. – 397 с.

Зеер Э.Ф. Психология профессионального образования: Учеб. пособие. – Екатеринбург: Изд-во Урал. гос. проф.-пед. ун-та, 2000. – 244 с.

Зеер Э.Ф. Психология профессий: Учеб. пособие. - Екатеринбург, Изд-во Урал. гос. проф.-пед. ун-та,1997. – 244 с.

Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения: Учеб. пособие для вузов. – Р н/Д: Феникс, 1996. – 512 с.

Немов Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений. В 3 кн. 4-е изд. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002. - Кн.1: Общие основы психологии – 688 с.

Немов Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений. В 3 кн. 4-е изд. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002. - Кн.2: Психология образования – 496 с.

Петровский А.В., Ярошевский М.Г. Психология. Учеб для вузов. - М.: Издат. Центр «Академия», 2000. –512 с.

8. Глуханюк Н.С., Семенова С.Л., Печеркина А.А. Общая психология: Учебное пособие для вузов. М.: Академический проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2005. 368 с.