

ВОЛЯ

ПЛАН

1. Поняття про волю.
2. Структура вольової дії.
3. Вольові якості особистості.

Література:

1. Введение в психологию / [под ред. А.В. Петровского]. – М.: Академия, 1995. – 496 с. – С. 246 – 279.
2. Загальна психологія: Підручник / [О.В.Скрипченко, Л.В. Волинська, З.В. Огороднійчук та ін.]. – К.: Либідь, 2005. – 464 с. – С. 365 – 390.
3. Немов Р.С. Психология. В 3 кн. — 4-е изд. — / Немов Р.С – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – Кн. 1: Общие основы психологии. — 688 с. – С. 424– 431.
4. Маклаков А. Г. Общая психология / Маклаков А. Г. — СПб: Питер, 2001. – 592 с.: ил. – С. 373 – 391.
5. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологи / Рубинштейн С.Л. – СПб: Издательство «Питер», 2000. – 712 с.: ил. – С. 463– 479.
6. Психологія: Підручник / [Ю.Л. Трофімов, В.В. Рибалка, П.А. Гончарук та ін.; за ред. Ю.Л. Трофімова]. – К.: Либідь, 2001. – 560 с. – С. 361– 364, 405 - 406.
7. М'ясоїд П.А. Загальна психологія: Навч. посіб. – 2-ге вид., допов. / М'ясоїд П.А. – К.: Вища шк., 2001. – 487 с. – С. 379 – 394.

1. Поняття про волю.

Людина не лише сприймає і пізнає об'єктивний світ, але й активно на нього впливає. Вона постійно ставить перед собою певні цілі і бореться за їх здійснення.

Здійснюючи цілеспрямовані дії, людина зустрічається з різноманітними перешкодами. Одні з них зв'язані з умовами життя, це об'єктивні перешкоди - протидія інших людей, природні перешкоди, інші - з власними недоліками - небажання роботи, те, що потрібно, пасивність, лень, поганий настрій, почуття страху, звичка діяти необдуманно, почуття хворобливого самолюбства і т.д. Щоб досягти поставленої мети, людині необхідно мобілізувати свої розумові і фізичні сили на подолання перешкод, тобто проявити вольові зусилля.

Воля людини і виражається в тому, наскільки людина здатна переборювати перешкоди та труднощі на шляху до мети, наскільки вона здатна керувати своєю поведінкою, підпорядковувати свою діяльність певним задачам.

ВОЛЯ - це психічний процес свідомого керування діяльністю, який виявляється в подоланні труднощів і перешкод на шляху до мети. Виходячи з цього, основну одиницю волі - вольову дію, треба розуміти як дію свідому, цілеспрямовану.

У вольових діях людина здійснює свою свідому мету, яка як закон визначає спосіб дій і характер. Учень чи студент, прагнучи успішно вчитися, виявляють ініціативу, напруженість фізичних і розумових сил, переборюють труднощі, що перешкоджають досягненню мети, стримують бажання, які відволікають від діяльності.

Переборення перешкод і труднощів вимагає від людини так званого вольового зусилля - особливого стану нервового напруження, що мобілізує фізичні, інтелектуальні і моральні сили людини. Відомі випадки, коли вольове зусилля затримувало втрату свідомості і навіть смерть. В літературі описаний випадок, коли льотчик "затримав" смерть до посадки літака, а, зробивши посадку, одразу помер. Яскравим прикладом вияву вольового зусилля є історичний факт. У V ст. до н.е. грецький воїн, пробіг 42 км з містечка Марафон в Афіни і, сповістивши про перемогу греків над персами, упав мертвим. Це в його пам'ять названо в сучасній легкій атлетиці довга дистанція бігу - марафонський біг на 42 км 195 м.

Вольова діяльність - це особлива форма активності людини. Вона полягає в тому, що людина здійснює владу над собою, контролює власні імпульси і в разі необхідності - гальмує їх. Вольову діяльність не можна зводити до активності організму і ототожнювати з нею. Адже активність властива і тваринам. Вони задовольняють свої біологічні потреби, пристосовуючись до умов життя, виявляють тривалий вплив на оточуючу природу, але це відбувається без будь-якого свідомого наміру з їх боку і є чимось випадковим по відношенню до самих тварин. Воля у людини виникла і сформувалася під впливом суспільної трудової діяльності в міру того, як опановуючи закони природи людина перетворювала її своїми планомірними діями.

Коли після битви при Бородіно в 1812 р. уславлений маршал наполеонівської армії Мюрат докоряв генералам в недостатній енергійності кінноти, один із них відповів: "У всьому винні коні - вони недостатньо патріотичні. Наші солдати воюють блискуче навіть якщо у них немає хліба, але коні без сіна та вівса не рухаються з місця". У цьому діалозі відобразилась основна відмінність керування людиною порівняно з тваринами, своєю поведінкою - наявністю волі та мотивації. Люди ж, на відміну від тварин, діють, як вже було сказано, цілеспрямовано, керують діями, використовуючи свій розум і волю, змінюють природу і суспільство у зв'язку зі своїми потребами і необхідністю. Прояв волі - це така активність особистості, яка обов'язково пов'язана із свідомістю.

Воля людини виробилася в процесі її суспільного та історичного розвитку, в трудовій діяльності. Живучи і працюючи, люди поступово навчилися ставити собі певні цілі і свідомо добиватися їх реалізації. В боротьбі за існування, долаючи труднощі, напружуючи свої сили чи стримуючи себе, людина виробила в собі різні якості волі. Чим важливіші були ті цілі, які ставили собі люди в житті і чим більше вони їх усвідомлювали, тим активніше вони добивалися їх реалізації. Вольова діяльність обов'язково передбачає цілий ряд актів і дій, які, в свою чергу, передбачають широкий ступінь усвідомлення особистістю її зусиль і характеру психічних процесів, які здійснюються. Тут і оцінка ситуації, і вибір шляху для майбутньої дії, відбір засобів, потрібних для досягнення мети, прийняття рішень і т.д.

Іншими словами можна сказати, що воля пов'язана з іншими властивостями особистості, зокрема, з характером. Вона є основою характеру. Характер - це остаточно сформована воля. І в залежності від сформованості вольових якостей у людей говорять про сильний і слабкий характер. Безвільних людей ще називають безхарактерними. Але характер визначається не лише вольовими якостями.

Функції волі:

1. *Спонукальна* функція – організація активності людини.

2. *Гальмівна* функція – стримування небажаних проявів активності. Людина здатна гальмувати виникнення небажаних мотивів, виконання дій, поведінку, які суперечать уявленням про зразок, еталон. Вольове регулювання поведінки було б неможливе без гальмівної функції. (Наприклад, окремі прояви людської вихованості: не дати виходу агресії, не виявити негативні емоції).

Отже в понятті "воля" простежується цілісний характер психіки людини: проблема волі стосується і є невіддільною від проблем особистості, свідомості, самосвідомості, мотивів, потреб, емоцій, пізнавальної діяльності.

Характерні особливості волі.

1. Воля є продуктом суспільно-історичного розвитку людини її формування пов'язане з появою і розвитком трудової діяльності.
2. Воля не є природженою здатністю. Вона формується у процесі діяльності, яка потребує певних вольових якостей і навичок вольової регуляції.
3. Вольова регуляція – це регуляція свідомо, опосередкована знаннями людини про зовнішній світ, про свої цінності і можливості, на підставі яких здійснюються передбачення та оцінка наслідків активності особистості.
4. Розвиток волі тісно пов'язаний з розвитком мислення, уяви, емоцій, мотивації з розвитком свідомості і самосвідомості особистості загалом.

Усі довільні рухи є відображувальними, тобто рефлексорними.

І. Павлов зазначав, що весь механізм вольового руху — це умовний, асоціативний процес, який підпорядковується всім описаним законам вищої нервової діяльності. Він показав, що довільні дії, які виникають унаслідок внутрішнього зусилля, зумовлюються тим, що рухова ділянка кори головного мозку водночас є сенсорною ділянкою подібно до зорової, слухової тощо. Сліди, залишені в руховій ділянці кори головного мозку попередніми подразниками, активізуючись, можуть стати умовними подразниками для вольових рухів. Механізмом довільних рухів є збудження, що йдуть від кори великих півкуль головного мозку. Кінестетичні клітини кори зв'язуються з усіма клітинами кори, вони є виразниками як зовнішніх впливів, так і внутрішніх процесів організму. Це і стає підставою для довільних рухів. Довільні дії детерміновані, як і всі інші дії людини, але оскільки вони викликаються слідами в корі головного мозку від попередніх подразнень, то іноді здається, немовби вони виникають самі по собі, без будь-якої причини.

Вирішальну роль у організації і регуляції вольового акту відіграє друга сигнальна система. Осмислення і формування мети і варіантів її здійснення, оцінка наслідків - усе відбувається у смислово-мовній формі. Слово (сказане до інших, або те, що є внутрішньою мовою людини, котра приймає рішення самостійно) є «пусковим сигналом» для вольової дії, воно ж спрямовує і регулює процес вольового акту.

2. Структура вольової дії.

Вольова дія може реалізуватись в простих і складних формах

У простому вольовому акті спонукання до дії спрямоване на більш чи менш усвідомлену мету, може безпосередньо переходити у дію. Простий вольовий акт має дві фази:

- 1) виникнення спонукання та усвідомлення мети;
- 2) досягнення мети.

У складній вольовій дії вчені виділяють такі етапи:

- 1) виникнення спонукання та попередня постановка мети;
- 2) стадія обмірковування та боротьба мотивів;
- 3) прийняття рішення;
- 4) виконання;
- 5) самооцінка.

1. Перша фаза вольового акту полягає в попередній постановці мети. Необхідною передумовою постановки мети є виникнення певного мотиву, спонукання і пов'язаного з ним прагнення.

Проте, що в складному вольовому акті виникле активне бажання не завжди зразу ж приводить до відповідних дій, вчинків. Це буває тоді, коли у людини одночасно появляється декілька бажань, спонукань, які суперечать одне одному. При цьому суперечливі бажання можуть стосуватися як самої мети, так і засобів її реалізації.

2. В таких випадках відбувається вибір мети або вибір засобів її досягнення, що є змістом другої фази вольового акту. При виборі мети або засобів дії виникає потреба в обговоренні їх прийнятності, яке передбачає зважування різних доводів за і проти висунутих цілей чи засобів їх досягнення, вимагає оцінки суперечливих бажань, аналізування обставин, розмірковування, напруженої роботи мислення.

Вибір прийнятої мети часто характеризується яскраво виявленою боротьбою мотивів. Ця боротьба відбиває наявність у людини внутрішніх перешкод, суперечливих спонукань, бажань, прагнень, які стикаються, вступають у конфлікт між собою. Наприклад, бажання піти на прогулянку з друзями або залишитись допомогти матері У тому випадку, коли мета ясна і прийнятна, може виникнути боротьба між суперечливими спонуканнями про виборі того чи іншого засобу досягнення мети. Наприклад, як підготуватись до заняття - законспектувати питання самостійно чи списати.

3. Обговорення і боротьба мотивів закінчується прийняттям рішення, що означає остаточну постановку свідомої мети. Але й після цього не завжди відбувається безпосередній перехід до виконання намічених дій. Це буває особливо тоді, коли рішення стосується не якоїсь простої і близької мети, а складної і притому віддаленої, над досягненням якої людина збирається працювати більш-менш тривалий час.

4. Виконання прийнятого рішення. Результат вольової дії – досягнення мети.

5. Самооцінка. Людина оцінює способи досягнення мети, затрачені зусилля, робить висновки на майбутнє.

3. Вольові якості особистості.

Вольові якості - це відносно стійкі, незалежні від конкретної ситуації психічні утворення, які визначають рівень свідомої саморегуляції особистістю своєї поведінки, її влади над собою.

Цілеспрямованість виявляється у підкоренні людиною своєї поведінки певній життєвій меті; цією головною метою обумовлені більш окремі цілі, досягнення яких стає засобами на шляху до головної.

Самостійність – це вміння діяти згідно зі своїми задумами, не підпадаючи під вплив інших, критично оцінювати їх думки. Самостійність особистості виявляється в здатності з власної ініціативи організувати діяльність, ставити мету, а при потребі, вносити в поведінку зміни. Самостійна особистість не чекає підказок, вказівок від інших людей, активно обстоює власні погляди, може бути організатором, повести за собою до реалізації мети. Знаходить виявлення у вмінні людини дотримуватись власних принципів, єдиної власної лінії у діях, незважаючи на тиск суспільства, зовнішньої ситуації. Протилежною до самостійності рисою людини є навіюваність. Навіюваність виявляється в тому, що людина легко піддається впливові інших. Навіюваність буває у тих людей, які не мають стійких переконань між протилежними поглядами, не маючи своєї думки. Перша-ліпша думка, яку почує така людина, стає її думкою, але згодом цю саму думку вона міняє на іншу.

Рішучість виявляється у швидкому та свідомому обранні мети, визначенні шляхів її досягнення, у певності в прийнятому рішенні. Нерішучість є виявом слабкості волі. Нерішуча людина схильна або відкидати остаточне прийняття рішення, або без кінця його переглядати.

Наполегливість виявляється у здатності людини втілювати прийняті рішення, досягати мети навіть в умовах серйозних перешкод. Наполегливість людини слід відрізнити від впертості. Впертість – це необдуманий, нічим не виправданий прояв волі, який полягає в тому, що людина наполягає на своєму недоцільному бажанні, не зважаючи на обставини. Впертість є прояв не сили, а скоріше слабкості волі. Приймаючи рішення, вперта людина заперечує розумні докази, не зважає на інтереси інших, суспільні інтереси, і своїми діями часто задає їм шкоди. Впертість - негативна риса в людини і треба вживати заходів до її усунення.

Ініціативність – це вміння знаходити нові, нешаблонні рішення й засоби їх здійснення. Протилежними якостями є безініціативність та залежність. Безініціативна людина легко піддається впливу інших людей, їх дій, вчинків, власні рішення ставить під сумнів, не впевнена в їх правильності та необхідності. Особливо виразно ці якості виявляються у формі навіювання.

Витримка характеризується вмінням людини гальмувати небажані спонукання і не допускати дій, що перешкоджають досягненню поставленої мети.

Дисциплінованість – свідоме підкоренні власної поведінки певним правилам та нормам.

Організованість – полягає в умінні людини керуватися в своїй діяльності твердо наміченим планом.

Сміливість – це здатність людини долати почуття страху та розгубленості.

Мужність – складна якість, яка поєднує сміливість, наполегливість, стриманість, впевненість у собі, вона допомагає людині йти до мети, не зважаючи на втрати й страждання.

