

Федеральное агентство по образованию РФ
Филиал Государственного образовательного учреждения
высшего профессионального образования
«Челябинский государственный педагогический университет»
(ГОУ ВПО «ЧГПУ»)
в г. Миассе
Кафедра педагогики и психологии

Контрольная работа

по дисциплине «Основы общей психологии»

на тему: «Характеристика волевых действий.
Структура волевого действия»

Выполнил: студент 2 курса, гр. 206/5
Ершов Д.Ю.
специальность:
«Педагогика и психология»

Проверила: Бородина Н.А., ассистент кафедры ПИП

Содержание

Введение

1. Понятие воли в психологии

1.2. Общая характеристика волевых действий

1.3. Структура волевого действия

Заключение

Список использованной литературы

Введение

Воля - способность человека сознательно управлять собой в деятельности с трудно достижимыми целями. В психической деятельности воля выполняет две взаимосвязанные функции - активизирующую и тормозящую. Она представляет особую форму не только умения чего-либо добиться, но и умения отказаться от чего-то, когда это нужно.

Понятие воли было введено еще в античный период для объяснения порождения действия, но не всякого, а лишеного стремления человека к нему.

Из проблемы воли выделились как самостоятельные - исследование свободы воли, принятие решений, целеобразование, а в последнее время и саморегуляции. Затем воля стала наделяться функцией выбора в случае конфликтов мотивов и целей. Такое понимание воли ярко представлено в работах Спинозы. В XX веке проблема воли стала обсуждаться в связи с задачей преодоления препятствий, снижающих побуждение к действию. В работах К. Н. Корнилова, В. И. Селиванова, П. А. Рудика, А. Ц. Пуни и других воля связывалась с мобилизацией усилий по преодолению внешних и внутренних препятствий, возникающих при реализации действий.

Л. С. Выготский поставил проблему воли в связи с задачей «овладения собой», то есть развития произвольности, сознательного управления человеком своими процессами и поведением.

В настоящее время существует несколько вариантов понимания и исследования воли: либо выделение всех реальностей, для которых вводилось понятие воли, и выбор одной из них как отвечающей современному пониманию воли, либо выделение во всех реальностях того общего, что позволяет все их связать с волей; либо изменение содержания понятия воли для обозначения какой-то новой реальности.

Воля обеспечивает переход от познания и переживаний человека к практической деятельности в связи с потребностями, намерениями, интересами. Задачей воли является управление нашим поведением, сознательная саморегуляция нашей активности, особенно в тех случаях, когда возникают препятствия для нормальной жизни. Функцией волевой регуляции является повышение эффективности соответствующей деятельности, а волевое действие предстает как сознательное, целенаправленное действие человека по преодолению внешних и внутренних препятствий с помощью волевых усилий.



Таким образом, большое значение воли в жизни и деятельности людей определило актуальность **темы контрольной работы:** «Общая характеристика волевых действий. Структура волевого действия».

Цель контрольной работы: теоретическое изучение понятия воли, волевых действий и их структуры.

Задачи контрольной работы:

1. рассмотреть общее понятие воли в психологии;
2. дать характеристику волевому действию;
3. раскрыть структуру волевого действия.



1. Понятие воли в психологии

Воля – «особая психическая функция, предназначенная для разрешения ситуаций неразрешимого мотивационного конфликта, содержанием которой является усилие, направляющее и удерживающее фокус внимания на одной из находящихся в конфликте идей действия» [1, 234].

Воля есть сознательное регулирование человеком своего поведения и деятельности, связанное с преодолением внутренних и внешних препятствий. Воля как характеристика сознания и деятельности появилась вместе с возникновением общества, трудовой деятельности. Воля является важным компонентом психики человека, неразрывно связанной с познавательными мотивами и эмоциональными процессами [2].

Понимание воли тесно связано с понятием самоконтроля, который, в свою очередь, связан с системой мотивов и целей. Воля необходима для поддержания активности субъекта, или для её подавления.

В более общем понимании воля представлена у С. Л. Рубинштейна. Рубинштейн пишет: «Действия, регулируемые осознанной целью и отношением к ней как к мотиву, - это и есть волевые действия» [6, 487]. Данное определение позволяет чётко ограничить понятие воли от понятия желания, понятия мотивации. В этом определении наблюдается отрыв от сиюминутной ситуации в виде наличия отношения к цели, её осознания. Также важно соотношение мотива и цели. В случае, когда цель и мотив совпадают, по крайней мере, в сознании субъекта, субъект сознательно полностью управляет своей деятельностью, она не носит спонтанный характер, в деятельности имеет место воля.

То есть, воля — это способность ставить перед собой цель и прилагать усилия для ее достижения. Следовательно, воля нужна при выборе цели, принятии решения, при осуществлении действия, преодолении препятствий.



Если мотив не очень сильный, то преодоление препятствий и трудностей при достижении цели требует так называемого *волевого усилия* - особого состояния нервно-психического напряжения, мобилизующего физические, интеллектуальные и моральные силы человека. Волевое усилие осуществляется через дополнительно созданное побуждение к действию или деятельности. Воля проявляется как уверенность человека в своих силах, как решимость совершить тот поступок, который сам человек считает целесообразным и необходимым в конкретной ситуации. Важную роль в появлении, создании новых мотивов играет воображение человека, предвидение тех или иных возможных последствий своей деятельности [7].

Однако воля проявляется не только в умении достигнуть цели, но и в умении воздержаться от чего-либо. Основной функцией воли является регуляция действий и поступков, руководство потребностями, желаниями, мотивами человека. Поэтому волевая регуляция тесно связана с мотивацией поведения и поступков человека. Произвольное поведение, осуществляемое по сильному устойчивому мотиву, не нуждается в волевой регуляции.

Таким образом, можно выделить следующие **признаки волевого акта**:

- 1) Волевым актом всегда связан с приложением усилий, принятием решений и их реализацией. Очень часто усилия направлены на то, чтобы преодолеть себя.
- 2) Обязательным компонентом является борьба мотивов, то есть самоограничение, сдерживание некоторых достаточно сильных влечений, сознательное подчинение их другим, более значимым и важным целям.
- 3) Наличие продуманного плана.
- 4) Усиленное внимание к действию и отсутствие непосредственного удовольствия, получаемого в процессе и в результате его выполнения. То есть отсутствует эмоциональное удовольствие, а не моральное удовлетворение [3].

Итак, воля - это сознательная регуляция поведения и деятельности человека, которая проявляется по отношению к себе и направлена на достижение целей и преодоление трудностей.



1.2. Общая характеристика волевых действий

Любая деятельность человека всегда сопровождается конкретными действиями, которые могут быть разделены на две большие группы (рис.1).

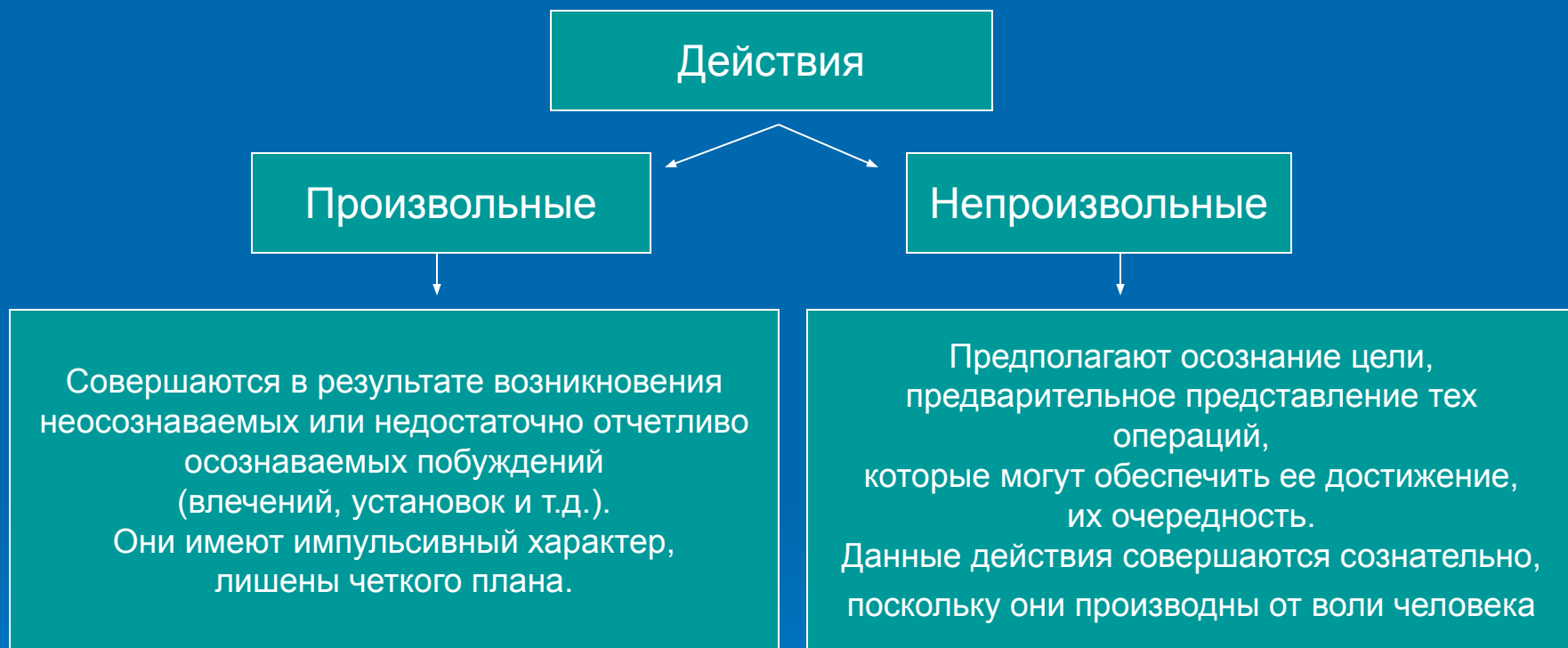


Рисунок 1 – Виды действий человека

Таким образом, в основе волевых действий лежит произвольная активность, которая возникает по намерению личности с заранее поставленной целью и протекает с сознательным усилием.



В обыденной жизни мы называем волевыми действия, связанные с преодолением встретившихся на жизненном пути трудностей. В научной психологии это явление рассматривается как более сложное и неоднозначное.

Волевые действия, как и вся психическая деятельность, связаны с функционированием мозга. Важную роль при осуществлении волевых действий выполняют лобные доли мозга, в которых, как показали исследования, происходит сличение достигнутого каждый раз результата с предварительно составленной программой цели [7].

Волевым действием осуществляется по собственному решению человека, оно является осознанным и намеренным. Это собственное решение человек принимает на основе внешней или внутренней необходимости.

Волевые действия отличаются друг от друга прежде всего уровнем своей сложности.

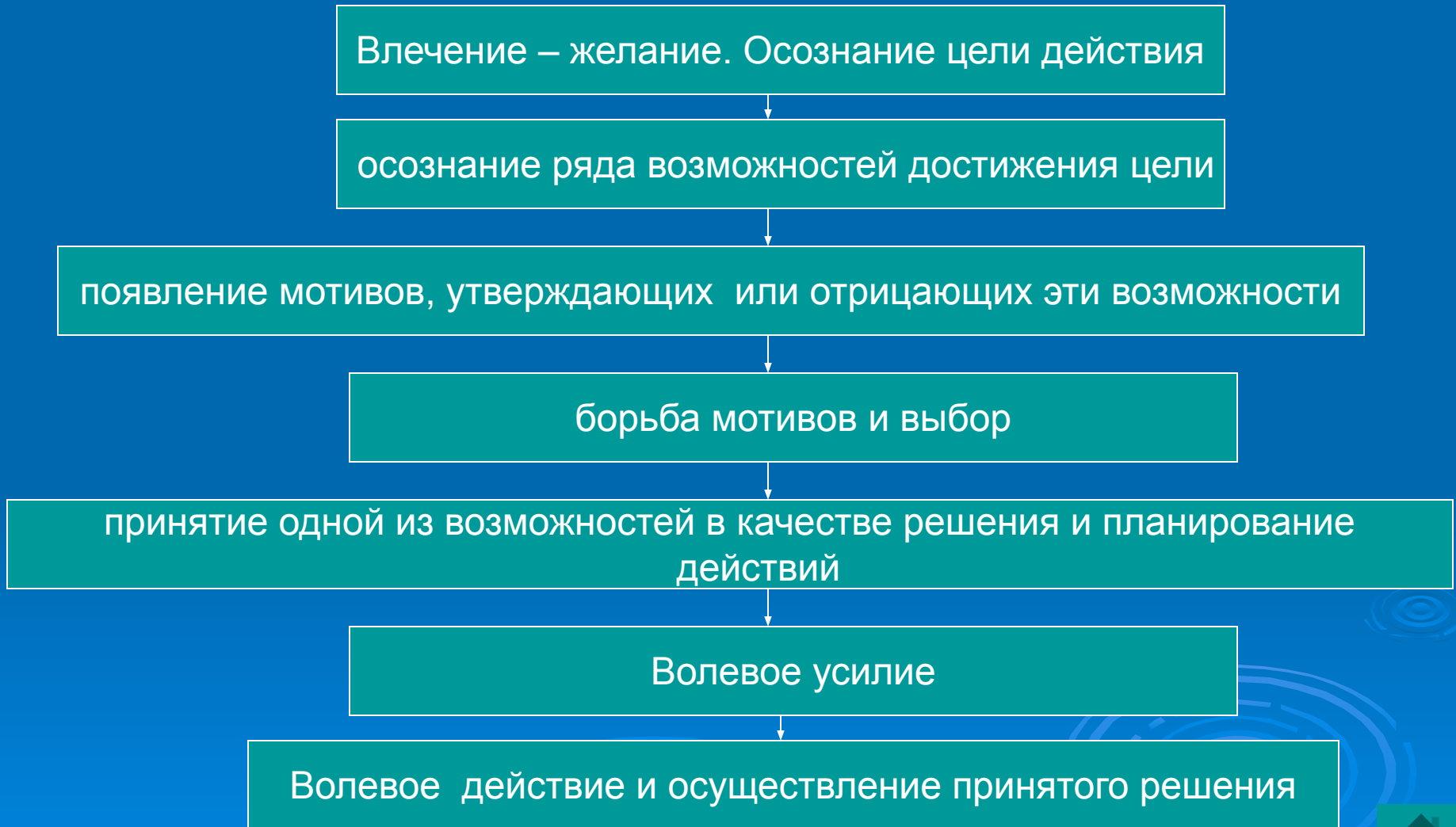
К простым относятся те, при которых человек без колебаний идет к намеченной цели, ему ясно, чего и каким путем он будет добиваться. Для простого волевого действия характерно то, что выбор цели, принятие решения на выполнение действия определенным способом осуществляются без борьбы мотивов. Существуют и весьма сложные волевые действия, которые включают в себя целый ряд более простых.

Основой усложнения действий является тот факт, что не всякая цель, которая ставится нами, может быть достигнута сразу. Чаще всего достижение поставленной цели требует выполнения ряда промежуточных действий, приближающих нас к поставленной цели [4].



1.3. Структура волевого действия

В сложном волевом действии выделяют следующие этапы (рис.2)



Раскроем эти этапы более подробно.

Любое волевое **действие начинается с осознания цели действия и связанного с ней мотива**. При ясном осознании цели и мотива, вызывающего ее, стремление к цели принято называть желанием.

Но не всякое стремление к цели носит достаточно осознанный характер. В зависимости от степени осознанности потребностей их разделяют на **влечения и желания**. Если желание осознанно, то влечение всегда смутно, неясно: человек осознает, что ему чего-то хочется, чего-то не хватает или ему что-то нужно, но что именно, он не понимает. Обычно люди переживают влечение как специфическое тягостное состояние в виде тоски или неопределенности. Из-за своей неопределенности влечение не может перерасти в целенаправленную деятельность. Поэтому влечение часто рассматривают как переходное состояние. Представленная в нем потребность, как правило, либо угасает, либо осознается и превращается в конкретное желание.

Желание не всегда сразу претворяется в жизнь. У человека иногда возникает сразу несколько несогласованных и даже противоречивых желаний, и он оказывается в весьма затруднительном положении, не зная, какое из них реализовать.

Психическое состояние, которое характеризуется столкновением нескольких желаний или нескольких различных побуждений к деятельности, принято называть **борьбой мотивов**. Борьба мотивов включает в себя оценку человеком тех оснований, которые говорят за и против необходимости действовать в определенном направлении, обдумывании того, как именно действовать.

Заключительным моментом борьбы мотивов является принятие решения, заключающегося в выборе цели и способа действия. Принимая решение, человек проявляет решительность, при этом он, как правило, чувствует ответственность за дальнейший ход событий [4].



Этап «осознание ряда возможностей достижения цели» – это собственно мыслительное действие, являющееся частью волевого действия, результат которого – установление причинно-следственных отношений между способами выполнения волевого действия в имеющихся условиях и возможными результатами.

На следующем этапе **возможные пути и средства достижения цели соотносятся с имеющейся** у человека **системой ценностей**, включающей убеждения, чувства, нормы поведения, ведущие потребности. Здесь каждый из возможных путей проходит обсуждение в аспекте соответствия конкретного пути системе ценностей данного человека.

Этап борьбы мотивов и выбора оказывается центральным в сложном волевом действии. Здесь, как и на этапе выбора цели, возможна конфликтная ситуация, связанная с тем, что человек принимает возможность легкого пути достижения цели (это понимание – один из результатов второго этапа), но в то же время в силу своих моральных чувств или принципов не может его принять. Другие пути являются менее экономичными (и это тоже человек понимает), но зато следование им больше соответствует системе ценностей человека [4].



Результатом разрешения этой ситуации является следующий этап – **принятие одной из возможностей в качестве решения**. Он характеризуется спадом напряжения, поскольку разрешается внутренний конфликт. Здесь уточняются средства, способы, последовательность их использования, т.е. **осуществляется уточненное планирование** [3].

План может быть детализирован в разной степени. Для одних людей характерно стремление все предусмотреть, спланировать каждый шаг. В то же время другие довольствуются лишь общей схемой. При этом спланированное действие не реализуется сразу. Для его реализации необходимо сознательное волевое усилие. Под **волевым усилием** понимается особое состояние внутреннего напряжения, или активности, которое вызывает мобилизацию внутренних ресурсов человека, необходимую для выполнения задуманного действия. Поэтому волевые усилия всегда связаны со значительной тратой энергии [4].

После этого начинается **реализация намеченного на этапе осуществления принятого решения, на основе волевых действий**.

Этап осуществления принятого решения, однако, не освобождает человека от необходимости прилагать волевые усилия, и порой не менее значительные, чем при выборе цели действия или способов его выполнения, поскольку практическое осуществление намеченной цели опять же сопряжено с преодолением препятствий.

Результаты любого волевого действия имеют для человека два следствия: первое – это достижение конкретной цели; второе связано с тем, что человек оценивает свои действия и извлекает соответствующие уроки на будущее относительно способов достижения цели, затраченных усилий [7].



Иногда достижение цели не представляет трудности и не требует усилий, но чаще всего это все-таки связано с преодолением **трудностей и препятствий** (рис.3)

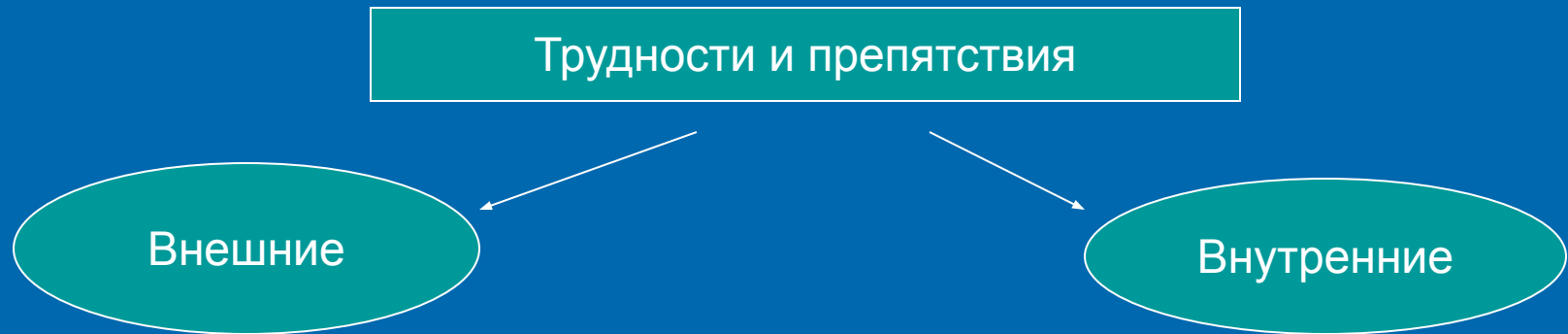


Рисунок 3 – Виды трудностей и препятствий

Внешние препятствия не зависят от человека, это внешние помехи, противодействия других людей, природные препятствия.

Внутренние препятствия зависят от самого человека: это нежелание делать то, что нужно, наличие противоположных побуждений, пассивность человека, плохое настроение, привычка действовать необдуманно, лень, чувство страха, чувство ложного самолюбия и т.д. [3].

Таким образом, воля человека и выражается в том, насколько он способен преодолевать препятствия и трудности на пути к цели, насколько умеет управлять своим поведением, подчинять свою деятельность определенным задачам, насколько является хозяином самого себя. Люди со слабо развитой волей не проявляют настойчивости, решительности, не умеют сдерживать себя, подавлять сиюминутные побуждения во имя более общественно значимых, нравственно оправданных мотивов поведения и деятельности. Они нередко отступают даже перед незначительными трудностями и проблемами



Заключение

Таким образом, воля это свойство человеческой психики, проявляющееся в активной самодетерминации и саморегуляции им своей деятельности и поведения вопреки внешним и внутренним препятствиям, влияниям и воздействиям.

Проблема воли - одна из сложнейших проблем в психологии. Ее исследование имеет длительную историю, существуют различные научные представления о сущности воли, различные подходы к пониманию ее развития и места в общем психическом облике человека.

Воля поэтому не является врожденной или генетически заданной способностью, а формируется прижизненно в реальной деятельности человека, требующей определенных волевых качеств и навыков волевой регуляции.

Развитие воли тесно связано с развитием мышления, воображения, эмоциональной и мотивационно-смысловой сферы, с развитием сознания и самосознания, личности в целом.

Первичное волевое действие - это действие заданное и принятое личностью к исполнению. Волевая регуляция поэтому есть личностный уровень регуляции, а волевое действие есть действие, имеющее личностный характер.

Волевая регуляция - это регуляция сознательная, опосредованная знаниями человека о внешнем мире, о своих ценностях и возможностях, на основе которых осуществляются предвидение и оценка последствий собственной активности.



Список использованной литературы:

1. Большой толковый психологический словарь [Текст] / перевод с англ. Ребер Артур. – М.: АСТ Вече, 2001. – 560с.
2. Дружинин, В. Н. Психология [Текст]: учебник для гуманитарных вузов / В. Н. Дружинин. – СПб.: Питер, 2001. – 656с.: ил.
3. Дубровина, И.В. и др. Психология [Текст]: учебник для студ. сред. пед. учеб. заведений / И.В. Дубровина, Е.Е. Данилова, А.М. Прихожан; Под ред. И.В.Дубровиной. - М.: Академия, 2001. – 496с.
4. Маклаков, А. Г. Общая психология [Текст]: учебник для вузов / А.Г. Маклаков. - СПб.: Питер, 2001. – 592 с.: ил.
5. Платонов, К. К. Краткий словарь системы психологических понятий [Текст] / К.К. Платонов. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. – 490с.
6. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии [Текст] / С.Л. Рубинштейн. - СПб.: Питер, 2000. - 712с.: ил. – (Серия «Мастера психологии»)
7. Столяренко, Л.Д. Основы психологии [Текст] / Л.Д. Столяренко. - изд. 3-е, перераб. и доп. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2000. - 672с. – (Серия «Учебники, учебные пособия»).

