

АКТУАЛЬНОСТЬ ИЗУЧЕНИЯ СИЛЫ ВОЛИ ЧЕЛОВЕКА

Оленева Ольга Юрьевна

магистрант, Московский инновационный университет, РФ, г. Москва

В жизни каждого человека наступает момент, когда он видит, как часть людей находят в себе силы преодолевать трудности на своем жизненном пути, а другие отчаиваются или предпочитают «плыть по течению», после этого многие задумываются о своей силе воли.

Воля это неотъемлемая часть жизни, уделяя внимание развитию которой, человек способен достигать поставленных себе целей, при каждодневной работе над собой и улучшением качества своей жизни получая высокий результат, плод своих усилий. Как писал Альфред Лэнгле: «Воля - не просто всепроникающее явление в жизни человека, можно сказать больше человек не может избежать воли.» [1, с. 205]

Все больше в культуре поднимается данный вопрос. Главные герои многих художественных произведений, в том числе книг, фильмов и мультипликации проходят путь через трудности к спокойной размеренной жизни. Пересмотрев свои взгляды на жизнь, развивая свою силу воли и приобретая новые или улучшая имеющиеся качества личности. Например такие качества личности, как терпеливость, упорство, настойчивость, целеустремленность, смелость и другие.

Основные формы проявления воли: при выполнении физической и умственной работы, преодолевая имеющееся утомление или при отказе от удовольствия ради выполнения какой-либо объективной задачи, при изменении привычного темпа деятельности.

Воля возникает, когда человек способен сознательно обратить внимание на собственные влечения, мысли, эмоции и поведение, оценивать принятые решения и перспективы, может как-то отнестись к ним. Воля неразрывно связана с наличным планом действий. Посредством волевого действия человек осуществляет стоящую перед ним цель, подчиняя свои импульсы сознательному контролю и изменяя окружающую действительность в соответствии со своим замыслом.

Волевой акт это создающая, продуктивная направленность на цель. Это сложный последовательный процесс, включающий: потребность (желание), определяющую мотивацию поведения; осознание потребности; борьбу мотивов; выбор способа, запуск и контроль реализации.

Волевое решение появляется там, где организм неосознанно готовит одну физиологическую реакцию, а разум заставляет запустить другую. Момент перестраивания организма с одной, инстинктивной или привычной реакции на другую называется волевым усилием.

Методы изучения волевой активности можно разделить на экстенсивные и экспериментальные (естественные и лабораторные), применяемые для более глубокого и тщательного исследования волевых качеств.

Базовую часть экстенсивных методов составляют наблюдение за поведением субъекта в естественных условиях, анализ действий и поступков личности с их оценкой, а также беседы, интервью, анкетирование, опрос (включая опросы на самооценку).

Экспериментальные методы очень популярны, так как психолог (организатор эксперимента)

сам вызывает интересующие его явления, контролируя экспериментальную ситуацию. Преимущество этих методов состоит в том, что имеется возможность точно учитывать влияние условий на психические явления, раскрывать их причины, повторять опыт и накапливать необходимые данные.

Вывод. Изучение силы воли человека является непростой и важной темой для исследования. За прошедшие двадцать лет увеличилось количество популярной литературы и научных работ в этой области. Благодаря средствам массовой информации, примерам «волевых личностей в обществе» также, в частности, в кругу общения человека актуальность и популярность данной темы повышается с каждым днем. У многих людей возникает потребность в развитии собственной силы воли, но конкретной универсальной инструкции подходящей каждому человеку нет. В каждом направлении психологии есть свой взгляд на понятие воли и её развитие, в рамках её концепции. Общих понятий о том, как развивать волю не достаточно. Нужно создать пособие, учитывающее особенности разных социальных групп, которым могут пользоваться все желающие как самостоятельно так и с помощью психолога по адаптации к потребностям обратившегося к нему клиента.

Список литературы:

1. Иванников В. А. Проблема воли в современной психологии. Психологические механизмы волевой регуляции. // Издательство: Питер, 2006.
2. Ильин Е.П. Психология воли. // Издательство: Питер, 2009.
3. Лэнгле А., Уколова Е.М., Шумский В.Б. Современный экзистенциальный анализ: история, теория, практика, исследования. // Издательство: Логос, 2014. [1]
4. Смирнов Б. Н. О разных подходах к проблеме воли в психологии. Вопросы психологии. // Издательство: М, 2004. № 3.
5. Ясперс К. Общая психопатология. // Издательство: Практика, 2002.