

## ЛИТЕРАТУРА

1. Амбрумова, А.Г. Социально-психологическая дезадаптация и профилактика суицида // Вопросы психологии. – 1981. – №4. – С.91-102.
2. Тихоненко, В.А. Жизненный смысл выбора смерти // Человек. – 1992. – № 6. – С. 19-29.

УДК 158.1

Яцук Т.Н.

**ВОЛЕВОЕ РЕГУЛИРОВАНИЕ ПСИХИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

*Белорусский национальный технический университет,  
г. Минск, Республика Беларусь*

*Научный руководитель канд. психол. наук, доцент Лобач И.И.*

Воля – это способность человека сознательно контролировать свою деятельность и активно управлять ею, преодолевая препятствия и подчиняя её сознательно поставленной цели.

Физиологическую основу воли составляют временные нервные связи и их ассоциации и системы, что создают условия целенаправленного поведения.

Один из существенных признаков волевого акта заключается в том, что он всегда связан с *приложением усилий, принятием решений и их реализацией*. Воля предполагает борьбу мотивов. Ещё один признак волевого характера или деятельности, регулируемой волей – это *наличие продуманного плана их осуществления*. Действие, не имеющее плана или не выполняемое по заранее намеченному плану, нельзя считать волевым.

Волевой процесс состоит из ряда этапов:

- 1 появление потребностей (человек не направит свою деятельность на то, что его не интересует).
- 2 осознание цели и оценка возможностей её достижения.
- 3 формирование мотивов движения к цели, их борьба (центральное звено волевого процесса).
- 4 принятие решения (требует от индивида решительности, мужества и личной ответственности).
- 5 реализация решения (требует настойчивости, выдержки и терпения, чтобы довести всё до конечного результата).

Нами было проведено исследование в школе № 167 г. Минска. В нём приняли участие учащиеся 10 «А» (18 человек) и 10 «Б» (21 человек) классов. Был предложен опросник по П.И. Яничеву. В одном классе у учащихся преобладает очень низкий средний балл за четверть, а в другом – достаточно высокий. Мы провели сравнение успеваемости учащихся с их силой воли.

Общая статистика показывает, что в 10 «А» классе двое учащихся с сильной волей получили за четверть 7 и 8 баллов, шесть со средней волей – от 5,5 до 6,6 баллов, десять со слабой волей – от 3,7 до 5,5 баллов, а в 10 «Б» классе восемь учащихся с сильной волей получили за четверть от 6,6 до 8

баллов, семь со средней волей – от 5,6 до 6,9 баллов, пять со слабой волей – от 4 до 6 баллов.

В результате мы можем прийти к выводу, что успеваемость учащихся напрямую связана с их силой воли.

Испытуемым с высоким уровнем волевого развития присуще стремление самостоятельно преодолевать встретившиеся трудности. Оказавшись в сложном, затруднительном положении, они не впадают в панику, не отступают от поставленной цели, а предпринимают новые попытки, чтобы успешно решить задачу.

Испытуемые со средним уровнем волевого развития проявляют большое упорство в достижении цели и ничем не отличаются от испытуемых с высоким уровнем волевого развития, если работа для них интересна, а когда работа не увлекательна, хотя и необходима, они пасуют перед трудностями, прекращают работу или замещают её не эквивалентной по трудности деятельностью.

Для испытуемых с низким уровнем волевого развития характерно явно выраженное отрицательное отношение к трудностям, неспособность мобилизовать свои волевые усилия для их преодоления. У них выработалась положительная установка только к лёгкой и интересной для них работе. При требовании продолжать трудную, но посильную работу они нередко впадают в аффективное состояние.

Исследование также выявило значительные индивидуальные различия между учащимися, что позволило выделить три основных типа по структуре их деятельности: учащиеся с относительно гармоничным развитием деятельности, «практики» и «теоретики». Учащиеся с относительно гармоничным развитием деятельности обнаруживают достаточное для их возраста волевое развитие в разных видах деятельности, в умственной и физической работе. «Практики» обнаруживают большую волю в физическом труде, в спорте, во всяком деле, где требуется двигательная активность, но не проявляют необходимой целеустремлённости, настойчивости, выдержки в умственной работе; «теоретики» проявляют большую волевою активность в умственном труде, но часто обнаруживают беспомощность, Невыдержанность, трусость в самой простой двигательной работе.

Из-за того, что в одном классе мы наблюдаем очень низкий уровень успеваемости, можно прийти к выводу, что совершаются возможные ошибки преподавателей и родителей в воспитании учащихся. Они должны воспитывать такие волевые качества, как настойчивость, выдержка, энергичность, решительность, смелость, целеустремлённость, ответственность, дисциплинированность, принципиальность, обязательность, деловитость, инициативность и пр. Необходимо, чтобы учащиеся осознавали, чего они хотят добиться в жизни, признали свою личную ответственность за всё, что происходит с ними и вокруг их, бесстрашно шли навстречу повседневным и более отдалённым во времени жизненным барьерам. А также чтобы они, когда идут на занятия, руководствовались принципом «хочу». В результате у них появятся соответственные по-

требности, цели, мотивы, средства и удовлетворение от самой учёбы. Преподаватели должны поощрять учащихся, учить самостоятельно принимать разумные решения, тогда они не будут бояться сложных ситуаций, не отступят от поставленной ими цели и преодолеют трудности.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Иванников, В.А. Психологические механизмы волевой регуляции.- М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.-400с.
2. Ильин, Е. П. Психология воли.- СПб.: ,2000.-.
3. Козубовский, В.М. Общая психология: познавательные процессы: учебное пособие / В.М. Козубовский. 2-е изд., перераб. и доп.- Мн.: Амалфея, 2006.-368с.
4. Немов, Р.С. Психология: Учебн. для студ. высш. пед. учеб. заведений.- 4-е изд. -М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002.-Кн.1:Общие основы психологии.-688с.
5. Селиванов, В.И. Избранные психологические произведения ( воля, её развитие и воспитание ) / Ряз. пед. ин-т. Рязань, 1992.-575с.
6. Чеховских, М.И. Психология: учеб. пособие.-2-е изд., стер.-М.: Новое знание, 2005.-380с.