

УДК 159.923.2

**ШЛЯХИ ФОРМУВАННЯ ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ
МАЙБУТНЬОГО ФАХІВЦЯ**

Кізілова Ірина , здобувач вищої освіти, Бт 4/1
Миколаївський національний аграрний університет
Науковий керівник к.п.н., доцент Веліховська А.Б.

Стаття присвячена опису і аналізу основних технік щодо оцінювання і формування в собі вольових якостей, які допоможуть в майбутньому у виборі професії, умінням швидко реагувати на ситуацію і ввічливо, але твердо відстоювати свою позицію

The article is devoted to the description and analysis of the basic techniques for the evaluation and formation of volitional qualities that will help in the future in choosing a profession, the ability to quickly respond to the situation and politely but firmly defend their position

З найдавніших часів головним завданням людини було збереження свого життя, забезпечити свою безпеку і наших нащадків. І страх був невід'ємною частиною успішного виживання. Всі незвичайні звуки, підозрілі трави, квіти могли нести в собі смертельну небезпеку. Якби стародавня людина ігнорували небезпеку, нас би просто не було. Сміливість була не вибором, а необхідністю, з метою виживання (добувати їжу, захищатися від диких звірів).

У сучасному світі нашому життю і безпеці нічого не загрожує. Немає диких звірів, готову їжу продають в магазині. Виявляти або не проявляти рішучість і сміливість це наш вибір, але він не є необхідність. Тобто немає жорсткої необхідності для виживання. Сьогодні ми прагнемо підвищити якість нашого життя, поліпшити матеріальну складову, насолоджуватися смачною, красивою і якісною їжею, комфортом, оточувати себе красивими речами і видами, піклується про здоров'я, продовжуючи життя. Тому сміливість і рішучість особливо актуальні в сучасному світі. Ми захоплюємося і заздriamo тим, хто володіє цими якостями. Такі люди показують нам, що є щось більше, ніж просте виживання.

Дуже часто ми чуємо заклики бути рішучими, бути сміливими. Ми в принципі розуміємо чого від нас чекають, але насправді не до кінця розуміємо, що конкретно це означає.

Кожна людина має свій індивідуальний характер, від якого залежать не тільки дії, а й вчинки особистості. Особистість може містити в собі такі якості: самовладання, витримку, терпіння, наполегливість, рішучість, сміливість, критичність.

Серед найважливіших вольових якостей особистості можна виділити ініціативність. Кажуть часто, що "перший крок важкий". Уміння добре і легко взятися за справу з власної волі, не чекаючи стимуляції інших. Також важливими є і інтелектуальні дані. Велика кількість нових яскравих ідей і планів, багатство уяви з'єднані з інтенсивністю спонукання і активністю прагнень, грають на користь людям в тому середовищі, в яке вони потрапляють. Від них постійно виходять нові ідеї і вони надихають інших людей.

Рішучість як вольова якість особистості дає їй змогу виконати прийняте рішення без зайвих вагань. Люди, позбавлені цієї якості, часто не можуть довести розпочату справу до кінця і сумніваються у правильності вибору способу виконання. Важливою умовою рішучості є сміливість, тобто готовність людини йти на виправданий ризик. Безумовно, рішучість має ґрунтуватися на глибокій розсудливості і лише тоді вступати в дію, коли людина остаточно вирішує, що їй потрібно.

Проблема вольових якостей є актуальною, тому що вони допомагають досягти успіху в усіх сферах життя. Бути рішучим, цілеспрямованим, наполегливим – це не означає йти напролом. Просто треба мати внутрішнє переконання, що завдання буде виконане, тримати перед собою чітку мету і спокійно, з любов'ю, крок за кроком йти до неї.

Метою статті є розгляд основних технік для розкриття в собі вольових якостей, які допоможуть в майбутньому у виборі професії. Також вміти швидко реагувати на ситуацію і ввічливо, але твердо відстоювати свою позицію.

Рішучість це здатність людини самостійно приймати рішення і вчиняти саме так як сам вважаєш правильно і краще для себе. Так чи інакше всі ми приймаємо рішення, але є люди які володіють рішучістю приймають їх швидше за інших. Його рішучість надає йому перевагу прийняти відповідальність за своє майбутнє, взяти його під контроль. Рішучість як броня захищає людину від невпевненості, невідомості майбутнього [1].

Велике значення для аналізу вольових якостей особистості має моральність волі, яка виявляється в тому, які цілі людина перед собою ставить, які засоби для їх досягнення вона вибирає; які при цьому реалізує спонукання; якими принципами вона керується. Усі складові вольових якостей оцінюються в даному випадку з точки зору їх відповідності моральним нормам.

Воля є одним з найважливіших компонентів структури особистості. Як і особистість загалом, воля носить інтегративний характер, тобто тісно пов'язана з усіма психічними сферами, накладає відбиток на функціонування інтелекту людини, на її сприймання, емоції, установки, самооцінку та багато іншого.

Рішучість – це індивідуальна властивість волі, пов'язана зі здатністю й умінням своєчасно і самостійно приймати відповідальні рішення і неухильно реалізовувати їх у діяльності. У цій якості особливо яскраво виявляється воля як здатність до вільного вибору: прийняти рішення і означає зробити вибір у неоднозначній ситуації.

Цілеспрямованість – можна визначити як здатність свідомої концентрації на певній меті. Ця якість містить у собі не тільки чітке усвідомлення мети, а й вибір найбільш ефективних шляхів її досягнення, здатність до планомірного здійснення дій для досягнення мети.

Наполегливість – це здатність до стійких, активних, енергійних дій, результативність у подоланні перешкод. Наполегливість особливо яскраво виявляється тоді, коли людина знаходиться в проблемній ситуації, коли є труднощі, перепони на шляху до досягнення мети.

Терплячість – це здатність до тривалої протидії несприятливим чинникам. Воля в даному випадку виявляє свою ініціюючу функцію, спонукаючи людину зберігати актуальний стан всупереч ситуації, що склалася.

Ініціативність – це вольова якість, яка виявляється в здатності до активних дій, що викликані власними установками, уявленнями, переконаннями людини. Ініціативність виявляється в творчості, новаторстві, самостійності, стійкості до зовнішніх впливів.

Самовладання – передбачає збереження ясності думки, володіння емоціями в складній ситуації, здатність керувати своїми діями в стані стресу.

Самостійність волі передбачає при врахуванні думок інших людей, їхніх порад, певну критичність щодо цих думок і порад. Самостійність волі може бути протиставлена, з одного боку, впертості, негативізму, а з іншого – навіюваності.

Упертість – мотивована протидія, за якої людина діє відповідно до прийнятого нею рішення, але це рішення і мотивування не мають об'єктивних підстав. При навіюваності людина не має своєї думки і чинить під впливом обставин і тиску з боку інших людей, виявляє конформність.

За Арістотелем, воля – основа людських дій і основа моральності, адже саме вільна воля робить людину відповідальною за свою долю і благополуччя. «Людина – діюча сила. Першооснова дії, як хорошої, так і поганої, – це намір, воля. Ми свої дії змінюємо добровільно, так що і першооснова, тобто намір і воля, змінюються добровільно. Звідси ясно, що від нас залежить бути хорошими або поганими».

Виділяються чотири основних типи людей: з позитивно спрямованою сильною волею, з позитивно спрямованою слабкою волею, з негативно спрямованою сильною волею і з негативно спрямованою слабкою волею [1].

Згідно В.І. Селіванова, аналізуючи моральні підстави вольових вчинків, не можна, однак, зміщувати проблему волі в область етики. Але при цьому сам же автор вказує далі на те, що, підходячи до оцінки вольових якостей особистості, необхідно відповісти на два взаємозалежних питання: який соціальний зміст вольових якостей представляють і в якій динамічній формі вони цей зміст висловлюють[2]. Відповідь на перше запитання дає пояснення особистості людини, другий – волі.

Перспективною для подальшої розробки вольової проблематики слід визнати виділення дослідником властивостей самих вольових якостей: широти, сили і стійкості. Широта вольових якостей визначається різноманітністю вчинків, в яких воно чітко проявляється. Сила вольових якостей визначається ступенем порушення вольового зусилля, спрямованого на подолання труднощів. Головною ознакою стійкості вольових якостей служить ступінь сталості в прояві вольового зусилля в однотипних ситуаціях. Співвідношення широти, сили і стійкості у кожної особистості складається по-різному [2].

За кількістю спроб подолати свої труднощі і по частоті прояву вольових якостей в різних видах діяльності експериментально встановлені рівні вольового розвитку випробовуваних (високий, середній, низький) як найбільш загальний показник відмінностей в силі волі між людьми.

Піддослідним з високим рівнем вольового розвитку притаманне прагнення самостійно долати зустрілися труднощі. Опинившись в скрутному становищі, вони не впадають в паніку, не відступають від поставленої мети, а роблять нові спроби успішного вирішення завдання.

Для досліджуваних із середнім рівнем вольового розвитку характерно суперечливе ставлення до труднощів. В одних випадках, особливо в цікавій роботі, вони виявляють велику наполегливість у досягненні мети і нічим не відрізняються від представників першого рівня. В інших випадках, коли робота не цікава, хоча і необхідна, вони пасують перед труднощами, припиняють роботу або заміщають її еквівалентної за складністю.

Для досліджуваних з низьким рівнем вольового розвитку характерно явно виражене негативне ставлення до труднощів, нездатність мобілізувати вольові зусилля для їх подолання. У них виробилася позитивна установка тільки до

легкої і цікавої для них роботі. Вимога продовжити важку, але посильну роботу нерідко викликає негативне ставлення.

Вчений зазначає, що передбачені експериментом труднощі відповідали потенційним можливостям кожного з випробуваних. Однак в вольових проявах людини виявляється багато специфічного та індивідуального. У одних в боротьбі з труднощами переважають риси емоційно забарвленого пориву, у інших - розсудливий терплячий «тиск». Одні доцільно розподіляють вольові зусилля протягом всієї роботи, інші неекономно витрачають зусилля на початку роботи і відчувають їх недолік на завершальному етапі [2].

Часто виникає конфлікт між довгостроковою домінантою, що відбиває цілеспрямованість, і ситуативними інтересами, бажаннями, потребами, що знижують його активність. У зв'язку з цим необхідно знати основні шляхи підтримки цілеспрямованості.

1. Конкретизація мети і перспектив діяльності. Невизначеність мети і ситуації знижує ступінь мобілізованості і старанності, призводить до зменшення працездатності.

2. Різноманітність засобів, форм і методів діяльності. Тривала і часом одноманітна робота, що повторюється день у день, призводить до розвитку хронічних станів монотонії і психічного пересичення, які не тільки знижують ефективність роботи, а й зменшують наполегливість і цілеспрямованість. У зв'язку з цим для підтримки цілеспрямованості необхідно урізноманітнити засоби, форми і методи діяльності. Через задоволення, що отримується від виконання певного будівлі, формується радість всім трудовим процесом, яка підтримує цілеспрямованість. В цьому випадку і невдачі, неминучі при досягненні віддаленої за часом мети, будуть переживати не так гостро і, отже, нададуть менший негативний вплив на формування цілеспрямованості.

3. Дотримання принципу доступності. Цілеспрямованість підтримується досягненням поетапних цілей. У зв'язку з цим для розвитку вольової сфери особистості необхідно пред'являти переборні труднощі. Досягнення успіху. Більшість вчених, однак, висловлюються за оптимальну складність завдань, яка змусить докладати певних вольові зусилля. Занадто легке завдання неефективно для підтримки цілеспрямованості і виховання наполегливості. Однак і надмірно важке завдання може викликати почуття розчарування, втрату віри в свої сили. Оптимальна ж труднощі, що знаходиться поблизу верхньої області труднощі, підстьобує до більшої мобілізації можливостей, кидає виклик самолюбству і стимулює активність, спрямовану на подолання труднощів.

4. Використання ефекту суперництва. У певні моменти трудового процесу для підтримки цілеспрямованості і підвищення наполегливості доцільно використовувати ефект суперництва. Найбільш простим способом його досягнення є змагальний метод. Можна, наприклад, повідомити співробітникам, що інша робоча група успішно справляється з запропонованим завданням, або запропонувати подивитися, яка з груп успішніше впорається з ним. Посилення мотиву такими способами підвищить наполегливість, створить новий емоційний заряд для підтримки цілеспрямованості.

5. Усвідомлення людиною своєї відповідальності. При недостатній розвитку у людини почуття відповідальності наполегливість може не виражатися в повній мірі. Правда, її прояв можливо при егоїстичних прагненнях (користолобстві, надмірному честолюбстві), проте така цілеспрямованість і такий прояв наполегливості недовговічне і малопродуктивне. Усвідомлення людиною своєї міри відповідальності за розвиток і реалізацію свого таланту свідчить про те, що у нього є всі передумови для саморозвитку цілеспрямованості і наполегливості. Якщо у людини є яскраво виражене прагнення подолати всі труднощі, він може компенсувати деякі недостатньо виражені у нього є, і досягти поставленої мети.

Розвиток самостійності проходить ряд етапів. На першому етапі самостійність проявляється лише у виконанні того, що було заплановано керівником спільно з підлеглими.

На другому етапі самостійність виявляється не тільки у виконанні, але і в самоконтролі. На третьому етапі до них приєднується можливість самому планувати діяльність. На четвертому етапі з'являється творча ініціатива, т. е. Самостійність в постановці мети, виборі шляхів її досягнення, в прийнятті на себе відповідальності за здійснення справи.

Успішне формування самостійності вимагає врахування низки обставин і створення певних умов: розвиток самостійності можливо лише на основі придбання знань і умінь, необхідних у даному виді діяльності; розвиток самостійності повинно проходити під контролем наставника (керівника), але без надмірної опіки, без сковування ініціативи; необхідний інтерес учня до даного виду діяльності.

Основним шляхом розвитку рішучості є тренування з багаторазовим повторенням проблемних ситуацій. Розвитку рішучості сприяє створення змагальної обстановки. Однак занадто велика значимість дій і відповідальність знижують рішучість. Тут має місце прояв закону Йеркса-Додсона, згідно з яким підвищення сили мотиву стимулює діяльність, але надмірна сила мотиву погіршує її. Підвищенню рішучості сприяє виникає під час оволодіння досліджуваним навиком впевненість в своїх силах. Для якнайшвидшого виникнення цього почуття і зняття остраху на перших етапах доцільно давати посильні завдання і надавати допомогу.

Предметом дослідження є вольова організація особистості як система сталих характеристик вольової активності. В основу методики дослідження покладено методику самооцінки Дембо-Рубінштейн, яка полягає у безпосередньому оцінюванні (шкалюванні) досліджуваним своїх особистих якостей. До традиційних шкал (розум, здоров'я, щастя) було додано шкали якостей, які характеризують вольову сферу людини, її діяльність та енергетичний рівень. Досліджуваній особі було запропоновано на кожній шкалі відзначити рівень розвитку у себе відповідної якості в даний момент свого життя (ці емпіричні показники умовно названо оцінки властивостей Я-реального), потім відзначити рівень розвитку тих же властивостей, при якому досліджуваний відчував би задоволення собою, гордість за себе (оцінки властивостей Я-ідеального). Також розглядався показник ступеня задоволення

розвитком тої чи іншої якості як відношення оцінки властивості Я-реального до її оцінки Я-ідеального). В опитуванні взяли участь 64 особи (студенти та аспіранти університету віком від 20 до 34 років), з них 32 дівчини та 32 хлопця. Результати порівняльного аналізу представлено у табл.1.

Таблиця 1.

Середні значення оцінок властивостей Я-реального та Я-ідеального для всієї групи досліджуваних осіб та t-критерій Ст'юдента для незалежних змінних

| Властивість | Оцінка властивостей Я-ідеального | Оцінка властивостей Я-реального | t-критерій для незалежних змінних |
|------------------------|----------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|
| Здоров'я | 95,746 | 71,016 | 11,732 |
| Розум | 91,159 | 69,063 | 10,725 |
| Сила волі | 86,803 | 64,762 | 7,263 |
| Енергійність | 84,032 | 64,234 | 6,545 |
| Цілеспрямованість | 87,745 | 71,344 | 6,116 |
| Наполегливість | 89,597 | 71,016 | 7,420 |
| Витривалість | 82,274 | 69,953 | 6,502 |
| Самостійність | 89,810 | 71,257 | 4,873 |
| Ініціативність | 82,274 | 71,641 | 7,753 |
| Відповідальність | 87,726 | 77,047 | 6,387 |
| Працелюбність | 85,597 | 70,828 | 5,948 |
| Організованість | 88,475 | 71,297 | 6,870 |
| Дисциплінованість | 86,355 | 73,265 | 4,455 |
| Рішучість | 88,774 | 65,016 | 8,538 |
| Сміливість | 87,540 | 66,860 | 7,569 |
| Терпіння | 82,744 | 65,078 | 4,779 |
| Витримка, самовладання | 84,871 | 65,703 | 6,573 |

Дані стосовно Я-реального свідчать про те, що у цілому досліджувані студенти мають досить високу, і разом з тим реалістичну самооцінку своїх властивостей. Діапазон оцінювання вольових якостей, як і у першому випадку, тут також досить вузький – від 64 («фізична сила») до 77 балів («відповідальність»).

Порівняльний аналіз та перевірка за t-критерієм для незалежних змінних засвідчив статистично значущі відмінності по всіх показниках на рівні значущості. Найбільші розбіжності стосуються оцінок здоров'я та розуму. З тріади «здоров'я, розум, щастя» найвищий ступінь задоволення припадає на щастя.

Найменше розходження між оцінками бажаного та реального рівня властивості стосується відповідальності. Ця якість виділяється з-поміж інших, що характеризують морально-вольову сферу, і є найвищою самооцінкою і найвищим показником задоволення рівнем її розвитку. Високий показник задоволеності характеризує дисциплінованість (0,85), найнижчі показники – відносяться до рішучості (0,73), сили волі (0,74), сміливості (0,75). Отже,

досліджувані студенти досить високо оцінюють більшість характеристик діяльнісно-вольової сфери, вважають себе насамперед відповідальними та дисциплінованими. Разом з тим, відчувають, що їм трохи бракує рішучості, сили волі та сміливості, порівняно зі своїми еталонними уявленнями.

Один із напрямків у розвитку волі виявляється в тому, що людина свідомо ставить перед собою все більш складні завдання і переслідує все більш віддалені цілі, що вимагають докласти значних вольових зусиль протягом досить тривалого часу. Наприклад, школяр ще в підлітковому віці може поставити перед собою завдання розвинути у себе такі здібності, до формування яких у нього немає виражених природних задатків. Одночасно він може поставити перед собою мету зайнятися в майбутньому складним і престижним видом діяльності, для успішного виконання якого необхідні такого роду здатності. Є чимало життєвих прикладів того, як люди, що стали відомими вченими, художниками, письменниками, домагалися поставлених цілей, не володіючи хорошими задатками, в основному за рахунок підвищеної працездатності і волі.

Розвиток волі у дітей тісно співвідноситься зі збагаченням їх мотиваційної і моральної сфери. Включення в регуляцію діяльності більш високих мотивів і цінностей, підвищення їх статусу в загальній ієрархії стимулів, керуючих діяльністю, здатність виділяти й оцінювати моральну сторону своїх вчинків - все це важливі моменти у вихованні волі у дітей. Особливу роль у розвитку волі у дітей виконують ігри, причому кожен вид ігрової діяльності вносить свій, специфічний внесок у вдосконалення вольового процесу. Сюжетно-рольові ігри ведуть до закріплення в дитини необхідних вольових якостей особистості. Колективні ігри з правилами крім цієї задачі вирішують ще одну: зміцнення саморегуляції вчинків. Воля і вольові якості у людини формуються в залежності від умов життя і виховання. Для виховання волі людини необхідно з дитинства ніколи не робити за нього те, що він повинен вміти робити сам, а лише навчити його і створити умови для успіху його діяльності. Так само стимулювати самостійну діяльність, викликати у дитини почуття радості від досягнутого, зміцнювати віру в здатність долати труднощі. І важливо пояснювати доцільність вимог, наказів, рішень, які пред'являються людині, і вчити самостійно приймати розумні рішення.

Важливою основою працездатності ділової людини є діяльність, гарний настрій. Потужний інтелектуальний та емоційний потенціал – це колосальний чинник здоров'я. Любов до своєї справи дає керівникові нові імпульси працездатності. Важливе значення для працездатності та здоров'я має позитивний емоційний стан. Щоб зберегти творчу активність, керівник повинен жити і працювати в атмосфері доброзичливості.

У професійній діяльності роль волі, в цілому, і вольових якостей, зокрема, дуже значна, так як в процесі праці часто виникають зовнішні і внутрішні труднощі, без подолання яких діяльність не може бути успішною. Разом з тим необхідно визнати, що значення тих чи інших вольових якостей, таких як цілеспрямованість, рішучість, ініціативність і самостійність, наполегливість і завзятість, самовладання і витримка, нерівноцінна для різних професій. Роль і

значення того чи іншого вольової якості визначається характером діяльності, особливостями професійного середовища, специфічними труднощами.

Воля не тільки стимулює активність людини, спрямовану на подолання труднощів, а й гальмує її прояв, коли це необхідно для досягнення мети. Завдяки спонукальній і гальмівній функції воля дає можливість людині регулювати свою діяльність і поведінку в найскладніших умовах. Ці функції волі спрямовані на подолання зовнішніх і внутрішніх перешкод і вимагають від людини напруження всіх душевних і фізичних сил. Коли стан напруги, спрямоване на здійснення спонукальної і гальмівної функції волі, виявляється повсюдно, воно закріплюється і стає вольовим властивістю або якістю особистості. Тому я впевнена що, розвиток вольових якостей я найважливішим в людині. Це її «візитна картка», те на що звертають колеги або керівник. Маючи добре розвинуті такі якості, то і всі двері будуть відкриті для такої людини. Ось чому так важливо прислухатись до цих порад.

Список використаних джерел

1. Варій М.Й. Загальна психологія: Навч. посібник / Для студ. психол. і педагог, спеціальностей./ Варій М.Й. – Львів: Край. – 2005.– 288 с.
2. Шопенгауэр А. Мир как воля и представление./ А. Шопенгауэр – М., – 1992.–352 с.