

Одеський національний університет імені І. І. Мечникова

Факультет психології та соціальної роботи

Кафедра диференціальної і спеціальної психології

Д и п л о м н а р о б о т а

Бакалавра

на тему: **«Психологічні механізми вольової регуляції»**

«Psychological mechanisms of volitional regulation »

Виконала: студентка 4 денної форми навчання

Напряму підготовки 6.030102 Психологія

Шмикалова Єлизавета Олександрівна

Керівник: д. психол. н., професор Чернявська Тетяна Павлівна

Рецензент: к. психол. н., доцент Коваль Ганна Шамиліївна

Рекомендовано до захисту:

Протокол засідання кафедри

№ __ від __. __. 20__ р.

Завідувач кафедри

_____ Родіна Н.В.
(підпис)

Захищено на засіданні ЕК № ____

протокол № __ від __. __. 20__ р.

Оцінка _____ / _____ / _____
(за національною шкалою, шкалою ECTS, бали)

Голова ЕК

_____ Родіна Н.В.
(підпис)

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВОЛІ І ВОЛЬОВОЇ РЕГУЛЯЦІЇ.....	6
1.1. Теоретичний аналіз зарубіжних і вітчизняних концепцій волі і вольової регуляції	6
1.2. Воля як вища психічна функція.....	11
1.3. Становлення вольових якостей особистості.....	20
Висновки до розділу 1.....	29
РОЗДІЛ 2.ВОЛЬОВА РЕГУЛЯЦІЯ ДІЯЛЬНОСТІ.....	32
2.1. Регуляційний підхід до розвитку уявлень про волю.....	32
2.2.Умови вольового регулювання поведінки.....	35
Висновки до розділу 2.....	38
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВОЛЬОВОЇ РЕГУЛЯЦІЇ ОСОБИСТОСТІ.....	40
3.1. Загальна характеристика програми дослідження, опис психодіагностичних методик.....	40
3.2. Результати емпіричного дослідження особливостей вольової регуляції особистості.....	42
Висновки до розділу 3.....	45
ВИСНОВКИ.....	47
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	50
ДОДАТКИ.....	54

ВСТУП

Актуальність дослідження. Воля - здатність до вибору діяльності і внутрішнім зусиллям, необхідним для її здійснення. Специфічний акт, що не зводиться до свідомості і діяльності як такої. Здійснюючи вольове дію, людина протистоїть владі безпосередньо які долають потреб, імпульсивних бажань: для вольового акту характерно не переживання "я хочу", а переживання "треба", "я повинен", усвідомлення ціннісної характеристики мети дії. Вольова поведінка включає прийняття рішення, часто супроводжується боротьбою мотивів, і його реалізацію.

Слабкість волі, неорганізованість, дія по найбільш сильному мотиву, порівняно легкий відмова від досягнення поставленої мети всупереч її об'єктивній значущості - все це властиво людині.

Ми не завжди можемо відрізнити наполегливість від впертості, дотримання певних принципів від прагнення, у що б то не стало добитися свого, бачачи в усьому цьому рівні прояви волі. Тому необхідно вчитися відокремлювати справжні прояви волі від помилкових.

Вітчизняні та зарубіжні вчені вивчали: генезис вольової регуляції, психологічні механізми вольової регуляції (І.Д.Бех, А.В. Биков, Л.С. Виготський, В.А. Іванніков, Є.П. Ільїн, Дж. Роттер, С.Л.Рубінштейн і ін.); вольові і пізнавальні риси особистості як фактори навчальних досягнень (А.А.Воробьева, І.В. Гавріліна, В.К. Котирло, В.І. Селіванов, Б.М. Теплові і ін.); емоційно-вольову регуляцію поведінки і діяльності, механізми емоційної стійкості (В.І. Аболін, В.К. Калін, Т.П. Чернявська, В.Н.Шляпніков і ін.); психологічні механізми вольової регуляції та спортивної діяльності (К.Л.Бабаян, К.П.Жаров, Є.П.Ільїн, А.Ц.Пуні, Б.М.Смірнов, Т.І.Шульга і ін.).

Недостатня вивченість вольової регуляції, її місця, ролі та психологічних механізмів і обумовлює актуальність обраної теми дослідження «Психологічні механізми вольової регуляції».

Об'єкт дослідження – вольова сфера особистості.

Предмет дослідження – психологічні механізми вольової регуляції підлітків.

Мета дослідження – теоретико-емпіричне дослідження проблеми вольової регуляції та виявлення ефективних шляхів, засобів і умов формування та розвитку вольової поведінки та окремих вольових якостей у підлітків.

З огляду на сучасний стан розробленості досліджуваної проблеми, для досягнення сформованої мети були поставлені такі **завдання**:

1. Провести теоретичний аналіз представлених в психологічній літературі досліджень з проблеми вольової регуляції та розкрили особливості вольової регуляції особистості.

2. Визначити психодіагностичний інструментарій, що дозволяє досліджувати психологічні особливості вольової регуляції підлітків.

3. Вивчити вплив розроблених механізмів вольової регуляції в навчальній діяльності.

4. Виявити вольові риси особистості як чинники навчальних досягнень.

Теоретико-методологічну основу дослідження становлять: ідеї суб'єктно-діяльнісного підходу (Л.С.Виготський, О.Н. Леонт'єв, В.О. Моляко, В.М. Мясищев, С.Л. Рубінштейн і ін.); ідеї системного підходу (О.О. Бодалєв, А.Л. Деркач, Є.П. Ільїн, Є.О. Клімов, Л.С.Виготський, К.К. Платонов і ін.); теоретичні дослідження феномену волі та вольової регуляції (І.Д.Бех, А.В. Биков, Л.С. Виготський, В.А. Іванников, Є.П. Ільїн, В.К. Калін, В.К. Котирло, В.І. Моросанова, А.Ц.Пуні, С.Л.Рубінштейн, В.І. Селіванов, Т.І. Шульга, В.Н. Шляпніков і ін.).

Для вирішення поставлених завдань використовувалися такі теоретичні та емпіричні **методи** дослідження:

- теоретичний аналіз наукових джерел, систематизація та узагальнення даних з проблеми дослідження;

- психодіагностичні методики: методика «Саморегуляція проявів лінії» Д.А. Богданової та С.Т. Посохової; тест «Самооцінка сили волі» Н.Н. Обозова; опитувальник для самооцінки терпимості; опитувальник для оцінки свого завзяття; опитувальник для оцінки своєї наполегливості; методи математичної статистики: порівняльний та кореляційний аналізи.

Вибіркова сукупність включала учнів 11-го класу Миколаївського муніципального колегіуму імені В.Д. Чайки. Всього було обстежено 60 респондентів. Формування вибірки було здійснено з дотриманням основних вимог відповідності її предмету та основним завданням дослідження.

Структура роботи: основний текст роботи виконано на 48 сторінках, робота складається із вступу, трьох розділів з висновками до кожного розділу, загальних висновків, та списку використаної літератури, який містить 44 джерела та додатків.

ВИСНОВКИ

У даній роботі проведено аналіз представлених в психологічній літературі теоретичних і емпіричних досліджень з проблеми вольової регуляції та визначити механізми вольової регуляції особистості.

1. На основі теоретичного аналізу психологічній літературі систематизували та розкрили специфічні особливості з проблеми вольової регуляції особистості.

Передумовами до постановки проблеми дослідження послужили наукові ідеї та експериментальні факти, у яких відзначаються вольові аспекти регуляції діяльності й поведінки людини (Л.С. Виготський, Л.І. Божович, В.К. Калін, О.М. Леонтьєв, С.Л. Рубінштейн та ін.).

Узагальнення робіт, у яких явно або імпліцитно поставлена проблема вольової регуляції, дозволяє виділити деякі смислові аспекти та загальні підходи до розуміння сутності емоційно-вольової регуляції як: інтегрального процесу; системи індивідуальних властивостей особистості, що регулюють психічні стани, діяльність і поведінку; вищий, особистісний рівень регуляційних процесів, за допомогою якого здійснюється нівелювання неадекватного емоційного збудження при виконанні складної діяльності; різні психорегуляторні дії (прийоми і способи регуляції).

Відображені підходи дають нам підставу розглядати вольову регуляцію, з одного боку – як процес внутрішньої регуляції поведінки людини, що спрямований на зміну своєї діяльності й поведінки, психічних якостей, на оволодіння собою, і який забезпечує функціонування регуляторного контуру в умовах подолання суб'єктивних і об'єктивних труднощів. З іншого – як сукупність стійких вольових індивідуальних властивостей, що впливають на здатність особистості до регуляції психічним станами, діяльністю і поведінкою й обумовлюють додаткові ресурси на особистісному рівні.

Проведений аналіз літературних джерел вітчизняних і зарубіжних психологів з проблеми волі, дозволив визначити, що у підлітків слабо розвинена воля, ніж у дітей інших віків. Підлітки легко потрапляють під чужий вплив, поводяться не по прийнятим правилам і нормам, погано організовані, легко піддаються труднощам.

В підлітковому віці при розвиненості волі все ще недостатньо сформована вольова регуляція, що впливає на довільна поведінка і діяльність підлітків, а вже в старшому віці досить сформована вольова регуляція, що впливає на довільна поведінка і діяльність особистості.

Воля проходить свій розвиток протягом багатьох етапів вікового становлення особистості протягом всієї життєдіяльності, наближаючись до регулятивних функцій волі.

Характерною рисою для старшокласника є зверненість у майбутнє, яка створює сприятливі психологічні умови для формування здатності підпорядковувати свої вчинки віддаленим орієнтирам. Мотиви, пов'язані з майбутнім, народжують здатність до дії в даній ситуації, планувати майбутнє і самореалізовуватися в ньому.

2. Визначено психодіагностичний інструментарій, що дозволяє досліджувати психологічні особливості вольової регуляції підлітків. Психодіагностичний інструментарій включає: методика «Саморегуляція проявів ліні» Д.А. Богданової та С.Т. Посохової; тест «Самооцінка сили волі» М.М. Обозова; опитувальник для самооцінки терпимості; опитувальник для оцінки свого завзяття; опитувальник для оцінки своєї наполегливості.

3. Вивчено вплив розроблених механізмів вольової регуляції в навчальній діяльності.

У роботі представлено результати емпіричного дослідження структури вольової регуляції особистості в перехідний період від підліткового до юнацького віку.

В результаті аналізу розкрито внутрішню структурну організацію вольової регуляції в перехідний період від підліткового до юнацького віку.

Встановлено взаємопов'язаність і функціональну єдність компонентів вольової регуляції.

Виявлено, що структура вольової регуляції не є стійкою і змінюється на короткому, але динамічному етапі вікового розвитку (від підліткового до юнацького віку).

У роботі представлена характеристика підліткового віку, як перехідного, критичного, важкого, але і життєствердного, спрямованого в майбутнє.

Розвиток вольових рис особистості як чинників навчальних досягнень пов'язане з їх мотиваційною і моральною сферою. Найважливішим аспектом у вихованні волі в дітей є довільна регуляція діяльності, в яку включені мотиви і цінності. Вхідна в вольову регуляцію мотивація стає усвідомленою, а вчинки набувають довільний характер, це дія визначається на довільному побудові мотивів, де на перше місце ставиться моральне спонукання, яке, в разі успішної діяльності дає людині моральне задоволення.

Виконана робота доповнює уявлення про психологію вольових процесів, загалом, і в підлітковому віці зокрема.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аболин В.И. Эмоциональная устойчивость в напряженной деятельности, ее психологические механизмы и пути повышения: автореферат дис. ... доктора психол. наук / В.И. Аболин. - М., 1989.- 48 с.
2. Абрамова Г.С. Практическая психология /Г.С. Абрамова //Учебник для студентов вузов.- М.: Академический Проект, 2001. - 480 с.
3. Анциферова Л.И. Психология формирования и развития личности /Л.И. Анциферова//Человек в системе наук.- М.: 1989. - С.426-433.
4. Барабанов Д.Д. Развитие волевой регуляции студентов: дис. канд. наук: 19.00.01 / Д.Д. Барабанов. – М. – 2015. - 188 с.
5. Баканов Е.М. О филогенетических корнях воли /Е.Н. Баканов //Психология познавательной деятельности.- М.: 1978. - 210 с.
6. Басаров Б.К. О вопросах соотношения характера и воли /Б.К.Басаров//Проблемы психологии воли. Материалы 4-й научной конференции. - Рязань.: РГПИ, 1974.- С. 19-21.
7. Басов М.Я. Воля как предмет функциональной психологии / М. Я. Басов. – СПб.: Алетейя, 2007. – 544 с.
8. Бех І.Д. Від волі до особистості / І.Д. Бех. – К.: Україна-Віта, 1995. – 202 с.
9. Быков А.В. Генезис волевой регуляции / А.В. Быков.- М., Изд-во «Восток Сервис», 2007. -248 с.
10. Бодалева А.А. Психология общения [Текст]/А.А.Бодалева//Энциклопедический словарь.- М.: Изд-во «Когито-Центр», 2011. - 123 с.
11. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте /Л.И. Божович. - М.: Психология, 1968. - 380 с.
12. Божович Л.И. Проблемы формирования личности/ Л.И.Божович //Избранные психологические работы /Под ред. Д.И. Фельдштейна. - М.: Просвещение, 2006. - 274 с.

13. Выготский Л. С. Собрание сочинений: в 6 т. / Л.С. Выготский. - Т. 2.: Проблемы общей психологии [под.ред. В. В. Давыдова]. – М.: Педагогика, 1982. – 504 с.
14. Воробьева А.А. Волевые и познавательные черты личности как факторы учебных достижений студентов / А.А. Воробьева. – М., 2015. - 16 с.
15. Гаврилина И.В. Факторы влияния на оценки степени развития волевых качеств личности: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01/ И.В. Гаврилина; [Место защиты: Моск. гос. ун-т им. М.В. Ломоносова].- М., 2010.- 198 с.
16. Гамезо М.В. Общая психология /М.В. Гамезо, В.С. Герасимова //Учебно-методическое пособие/Под. ред. М.В. Гамезо.- М.: Ось, 2007. - 352 с.
17. Головей Л.А. Практикум с возрастной психологии/Л.А. Головей, Е.Ф. Рыбалко. - СПб.: Язык, 2002. - 694 с.
18. Дереклеева Н.И. Модульный курс обучающей и коммуникативной мотивации учеников или Учимся жить в современном мире/Н.И. Дереклеева. - М.: ВАКО, 2006. - 128 с.
19. Джемс У. Научные основы психологии / У. Джемс. – Мн.: Харвест, 2005. - 528 с.
20. Добрынин Н.Ф. Про определение и качество воли //Тезисы докладов на межвузовской научной конференции о проблемах психологи воли и формировании волевых качеств личности /Н.Ф. Добрынин. - Рязань, 1964. - 145 с.
21. Дубровіна І.В. Шкільна психологічна служба/І.В. Дубровіна//Изд. НВО, 1991. - 47 с.
22. Иванников В.А. Проблема воли: история и современность //В сб.: Проблемы психологии воли. - Рязань, 1991. - 199 с.
23. Иванников В. А. Психологические механизмы волевой регуляции / В.А. Иванников.- СПб.: Питер, 2006. - 208 с.
24. Ильин Е.П. Психология воли / Е.П. Ильин. - СПб.: Питер. 2009. - 368 с.

25. Калинин В.К. Классификация волевых качеств / В.К. Калинин. Эмоционально-волевая регуляция поведения и деятельности. – Симферополь, 1983. – С. 37-44.
26. Калинин В.К. Эмоционально-волевая регуляция поведения и деятельности / В.К. Калинин. – Симферополь. 1983.- 59 с.
27. Калинин В.К. Волевая регуляция деятельности. Автореф. докт. дисс. 1989. - 36 с.
28. Котырло В.К. Развитие волевого поведения у дошкольников / В.К. Котырло. – К.: Рад. Школа, 1971. – С. 32-51.
29. Котырло В.К. Развитие волевого поведения у дошкольников/ В.К. Котырло. - Киев, 1971. – 199 с.
30. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев.– М.: Издательства: Смысл, Академия, 2005. – 352 с.
31. Монроз А.В. Особенности волевой регуляции в разных видах жизнедеятельности личности: дис. канд. наук: 19.00.01/ А.В. Монроз. – М. 2016. – 195 с.
32. Муздыбаев К. Психология ответственности / К. Муздыбаев. – Ленинград: Наука, 1983. – 240 с.
33. Немов Р.С. Общая психология / Р.С. Немов. – СПб.: Питер, 2009. – 304 с.
34. Павелків Р.В. Загальна психологія. Підручник / Р.В. Павелків. - К.: Кондор, 2009.–156с.
35. Пуни А.Ц. Некоторые вопросы теории воли и волевая подготовка в спорте / А.Ц. Пуни//Психология и современный спорт. -М: Физкультура и спорт, 1973. - С. 144 - 162.
36. Рубинштейн С.Л: Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. - СПб.: Питер, 2006.- 713 с.
37. Селиванов В. И. Дискуссионные вопросы психологии воли / В. И. Селиванов // Психол. журн.– 1986. – Т. 7, № 6. – С. 110–121.

38. Темперамент, Характер. Воля: Учебно-методическое пособие для студентов.- Н.Новгород: НГПУ, 2009. - 42с.
39. Узнадзе Д.Н. Общая психология / Д.Н. Узнадзе. - М.: Смысл; - СПб.: Питер, 2004.- 413 с.
40. Чернявська Т.П. Психологія успіху особистості в бізнесі: [монографія] / Т.П. Чернявська. – Одеса: Астропрінт, 2010. – 288 с.
41. Чернявська Т.П. Розвиток лідерського потенціалу менеджерів в умовах конкуренції / Т.П. Чернявська // Ринкова економіка: сучасна теорія і практика управління. Т. 16, Вип. 1 (35): збірка наукових праць. – Одеса: Одеський національний університет імені І.І. Мечникова, 2017. – С. 55-62.
42. Швалб Ю.М. Целеполагающее сознание (психологические модели и исследования) / Ю.М. Швалб. – К.: Миллениум, 2003. – 152 с.
43. Шляпников В.Н. Динамика волевой регуляции в процессе профессиональной адаптации личности: автореферат дис. ...канд. психол. наук: 19.00.01 / В.Н. Шляпников. - М.: МГУ, 2008. – 25 с.
44. Rotter J. Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement / J. Rotter // Psychological Monographs: General & Applied 80(1) 1966, – P. 1-28.