




# **Волевая регуляция поведения**



**Воля - процесс сознательного регулирования человеком своего поведения и деятельности, выраженный в умении преодолевать внутренние и внешние трудности при совершении целенаправленных действий и поступков.**

**Волевая регуляция ~ это  
подключение к непосредственным  
мотивам лично значимых,  
чаще нравственных. Чем более  
нравственен человек, тем легче  
он осуществляет волевые  
действия.**

**По мнению Л.М. Веккера, регуляция поведения и деятельности может проходить на трех уровнях: сенсорно-перцептивном, произвольном и волевом.**

**Волевая регуляция возникает тогда, когда человек встречается с препятствиями, трудностями внешними (время, пространство, физические свойства вещей) или внутренними (отношение, усталость, страдания).**

# *Воля выполняет четыре функции:*

- Побудительная и направляющая на достижение поставленной цели при преодолении трудностей. Волевая активность характеризуется надситуативностью, то есть выходом за пределы исходных целей, требований ситуации.
- Тормозная функция воли проявляется в сдерживании нежелательной активности, мотивов и действий, не соответствующих мировоззрению, идеалам и убеждениям личности
- Регулирующая функция выражается в произвольной, сознательной регуляции действий, психических процессов и поведения, в преодолении препятствий.
- Регулирующая функция выражается в произвольной, сознательной регуляции действий, психических процессов и поведения, в преодолении препятствий.

# *Структура волевого акта*

- Побуждение к действию (потребности, мотивы).
- Препятствие и борьба мотивов (подключение других мотивов - ценностей личности). Борьба мотивов может продолжаться достаточно долго, или действие прекращается из-за недостатка должной мотивации.
- Принятие решения.
- Исполнение действия, сопровождающееся волевым усилием. Этот этап может быть также достаточно продолжительным или не выполняться вообще.
- Рефлексия (самоконтроль, самооценка).

**Завершается волевое действие  
удовольствием от его успешного  
выполнения или извлечением «урока»,  
если оно не достигло желаемого  
результата. В любом случае в результате  
совершения волевого акта происходит  
развитие личности.**