

ФУНКЦІЯ ВОЛІ В ПРОЦЕСІ САМОРОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

В статті проаналізовано характеристики процесу саморозвитку особистості. Вивчалися напрямки досліджень з проблеми вольової регуляції. Описані окремі характеристики проявів волі.

Теоретично окреслено значення та функції вольової регуляції, як основи поведінкового та соціального самоконтролю в процесі саморозвитку особистості. Розкривається сутність та зміст саморозвитку особистості.

Визначено, що в процесі діяльності формується індивідуальний стиль прояву вольової регуляції особистості, який визначає успішність, результативність, якість її діяльності та саморозвитку загалом. Констатується, що в саморозвитку особистості визначальними є саме її внутрішні вольові зусилля. Визначено актуальність досліджуваної проблеми та перспективи подальших досліджень в даному напрямку.

Ключові слова: *особистість, воля, саморозвиток, саморегуляція, наполегливість, самодетермінація.*

Досліджувана проблема знаходиться на стику фундаментальних областей загальної психології: саморегуляції психічної активності, індивідуального стилю саморегуляції, волі та її регуляторно-особистісних особливостей. Воля дозволяє ставити цілі і досягати їх. Виникнення волі пов'язане зі становленням індивіда як суб'єкта що самовизначається, який сам вільно визначає свою поведінку і відповідає за неї. У сучасній психології існує безліч значень поняття воля. В цілому, більшість сучасних психологів, трактують поняття воля, як здатність людини досягати свідомо поставлену мету, долаючи при цьому зовнішні і внутрішні перешкоди.

Аналіз філософської, психологічної та педагогічної літератури дозволяє виявити наступні сутнісні характеристики процесу саморозвитку особистості: А. Маслоу [3] визначає саморозвиток особистості через самоактуалізацію; К. Абульханова-Славська [1] визначає процес саморозвитку як самостійне визначення особистістю стратегії життя; Б. Вульфов [4] і В. Іванов [4] бачать в саморозвитку насамперед власну активність людини у зміні себе, в розкритті і збагаченні своїх духовних потреб, творчості, всього особистого потенціалу, в реалізації віри в можливість самовиховання.

Важливими для розуміння саморозвитку є ідеї піднімаються в теорії суб'єктності Р. Харре [4], пов'язані з вирішенням проблеми

120

управління особистістю як своїми спонуканнями, так і впливами чинників середовища. Науковцями піднімаються проблеми диференціації розвитку і саморозвитку, виділення критеріїв саморозвитку, висвітлюються окремі аспекти психічних механізмів забезпечення саморозвитку. з 1970-х років розробляється теорія самодетермінації для пояснення та затвердження домінування в поведінці внутрішньої мотивації, в тому числі в розвитку особистості. Особистість, наполягають автори теорії, здатна до автономії по відношенню, як до сил зовнішнього оточення, так і до сил всередині особистості.

Автори підкреслюють прагнення і потребу особистості в розвитку і збереженні своєї індивідуальності. Так на думку В. Слободкіова та Є.Ісаєва [1], саморозвиток є фундаментальною здатністю людини ставати і бути справжнім суб'єктом свого життя, перетворювати власну життєдіяльність в предмет практичних перетворень.

Отже, про саморозвиток можна говорити, як про фундаментальну здатність людини ставати і бути справжнім суб'єктом свого власного життя. Процес саморозвитку неможливий без труднощів, криз, що вимагають від людини певних вольових зусиль, сили волі. Адже воля – це найактивніша сторона свідомості, що впливає на створення зусилля задля досягнення цілей. Воля проявляється в здатності до саморегуляції та самодетермінації особистості. Завдяки їй людина здатна за власною ініціативою виконувати дії в певній послідовності та з необхідною інтенсивністю на оптимальному рівні.

Так Г. Кравцов [6] правомірно стверджує, що «розвиток особистості, представлений як оволодіння власною психікою, як розширення під контрольної свідомості психологічної реальності, можна зрозуміти лише якщо прийняти, що магістральною лінією розвитку особистості в дитячому онтогенезі є розвиток вольової сфери. Тоді становлення особистості як «суб'єкта волі в дорослому житті» вибудовується у вигляді ланцюжка психічних новоутворень, центральні з яких відносяться до вольової сфери психіки ...».

Багатоваківа історія розвитку поняття «воля» свідчить про глибокий взаємозв'язок проблеми волі з такими питаннями, як онтологічний і гносеологічний статус особистості, межі індивідуальної свободи та відповідальності людини, з позитивним і негативним змістом й значенням волі, свободи, свободи волі. Дослідження регуляторних систем особистості належать до числа найбільш актуальних і перспективних напрямків сучасної психології. Аналіз досліджень у вітчизняній і зарубіжній психології, що стосуються психології волі, становлення суб'єктності та регуляції особистості (К. Абульханова–Славська [3], А. Бандура[4], Л. Божович [2], В. Іванніков [3], Б. Зіммерман [4], В. Котирло [3], Т. Шульга [3]) показує, що вивчаються окремі характеристики проявів волі, во-

льової регуляції, вольових якостей або вольових стратегій особистості в окремі вікові періоди розвитку.

Л. Божович [2] й О. Леонт'єв [2] надавали великого значення розвитку волі в процесі становлення особистості. Як і всі психічні процеси, воля розвивається не сама по собі, а у зв'язку із загальним розвитком особистості людини. Л. Божович виділяє два критерії сформованості особистості: ієрархія мотивів, здатність долати власні безпосередні спонукання соціально значущими мотивами; здатність до свідомого керування власною поведінкою, яке здійснюється на основі усвідомлення мотивів, свідомого підпорядкування мотивів.

Поняття «особистість» характеризує людину як активного суб'єкта соціальних відносин. Виконуючи різні види діяльності, долаючи при цьому зовнішні і внутрішні перешкоди, людина виробляє в собі вольові якості, що характеризують її як особистість і мають велике значення для навчання, праці, саморозвитку особистості тощо [2]. З віком, формування вольових характеристик не припиняється; вони розвиваються в ході самостійної трудової діяльності. Таким чином, весь процес виховання людини визначає успішність формування вольових якостей особистості. Тому не випадково воля дуже часто розглядається як одна з центральних і найбільш інформативних характеристик особистості. І можна стверджувати, що становлення волі - це становлення суб'єкта, здатного до самовизначення, до саморозвитку.

В даний час різні аспекти саморозвитку розкриваються в психології розвитку, психології виховання і самовиховання, психології «самості», психології життєвого шляху, психології суб'єкта, психології буття тощо. Кожний з цих напрямків висуває своє тлумачення саморозвитку і розглядає його в певній предметній області. Процес саморозвитку - це процес цілеспрямованої діяльності особистості безперервної самозміни, процес свідомого, вольового управління своїм розвитком, вибір цілей, шляхів і засобів самовдосконалення згідно життєвим установкам. Тобто в саморозвитку особистості визначальними є саме її внутрішні вольові зусилля. Адже до вольових якостей особистості належать: цілеспрямованість, рішучість, сміливість, мужність, ініціативність, наполегливість, самостійність, витримка, дисциплінованість. Воля виконує наступні функції:

1. Спонукальна і спрямовуюча на досягнення поставленої мети при подоланні труднощів. Вольова активність характеризується надситуативністю, тобто виходом за межі вихідних цілей, вимог ситуації.

2. Гальмівна функція волі проявляється в стримуванні небажаної активності, мотивів і дій, які не відповідають світогляду, ідеалів і переконань особистості.

3. Регулююча функція виражається в довільній, свідомій регуляції дій, психічних процесів і поведінки, в подоланні перешкод. Воля як здатність людини до саморегуляції робить її відносно вільною від зовнішніх обставин, по-справжньому перетворює людину в активного суб'єкта.

4. Розвивальна функція полягає в тому, що вольова регуляція спрямована на вдосконалення суб'єктом своєї поведінки, діяльності, на зміну власної особистості.

Отже, основною функцією волі є підвищення ефективності діяльності через вибір дії при конфлікті цілей і мотивів, свідомо зміна сенсу дій, регуляція психічних станів і психічних процесів. Наявні сьогодні дані дозволяють трактувати волю як системну якість, в якій виражається вся особистість в аспекті, що розкриває механізми її самостійної, ініціативної активності. За цим критерієм всі дії людини можна розглядати як послідовно ускладнюваний ряд від мимовільних (імпульсивних) до довільних і власне вольових дій.

Так, ще Г. Челпанов [3] у вольовому акті виділяв три елементи: бажання, прагнення і зусилля. Л. Виготський [2] у вольовій дії виділяв два окремих процеси: перший відповідає за рішення, замикання нового мозкового зв'язку, створення особливого функціонального апарату; другий, виконавчий, полягає в роботі створеного апарату, в дії по інструкції, у виконанні рішення.

Інші дослідники розуміють волю (довільність), як самоуправління своєю поведінкою за допомогою свідомості, яке передбачає самостійність людини не тільки в прийнятті рішення («свобода волі»), але й в ініціації дій, їх здійсненні та контролі. Вони визначають волю як здатність людини, що виявляється в самодетермінації і саморегуляції нею своєї діяльності та різних психічних процесів.

Багатокомпонентність і поліфункціональність вольового акту зазначається і В. Селівановим [5]. Виходячи з розгляду волі як довільного управління, останнє повинно включати в себе самодетермінацію, самоініціацію, самоконтроль і самостимуляцію. У процесі досягнення мети самоконтроль забезпечує панування провідних мотивів над другорядними.

Самоініціація пов'язана з запуском дії для досягнення мети. Запуск здійснюється за допомогою вольового імпульсу, тобто віддаються самому собі команди за допомогою внутрішнього мовлення - слів або вигуків, вимовлених про себе.

Детермінація - це обумовленість чи опосередкованість поведінки людини та тварини будь-якою причиною. Мимовільна поведінка тварин, як і мимовільні реакції людини, детерміновані, тобто обумовлені будь-якою причиною (найчастіше - зовнішнім сигналом, подразником). При довільній поведінці кінцева причина дії, вчинку визначена самою людиною. Саме вона приймає рі-

шення реагувати або ні на той чи інший зовнішній або внутрішній сигнал. Однак прийняття рішення (самодетермінація) у багатьох випадках є складним психічним процесом, який ще називається мотивацією.

Коли йдеться про волю й самоконтроль, мається на увазі їхнє взаємне проникнення один в одного. Оскільки чіткого визначення вольового самоконтролю не існує, а є тільки поняття (вольовий контроль). У зв'язку з тим, що здійснення дій відбувається частіше всією при наявності зовнішніх і внутрішніх перешкод, що можуть призвести до відхилення від заданої програми дії і не досягнення мети, потрібно здійснювати свідомий самоконтроль за одержуваними на різних етапах результатами. Отже, науковцями самоконтроль розуміється як свідомий контроль, здійснюваний людиною над своєю поведінкою, думками й почуттями, регулювання та планування своєї діяльності. Самоконтроль дозволяє людині свідомо змінювати напрямок своїх думок, утримувати себе від небажаних дій.

Відтак людина завдяки своїй волі починає керувати своєю активністю в світі, будувати свої відносини зі світом і на цій основі будувати індивідуальну картину світу в самій собі, формувати свій внутрішній світ. Таким чином основною функцією волі є підвищення ефективності діяльності через вибір дії при конфлікті цілей та мотивів, свідома зміна сенсу дій, регуляція психічних станів і психічних процесів. Визначено, що в процесі діяльності формується індивідуальний стиль прояву вольової регуляції особистості, який визначає успішність, результативність, якість її діяльності та саморозвитку загалом. Людина, що володіє сильною волею, уміє долати будь-які труднощі, що зустрічаються на шляху до досягнення поставленої мети; при цьому виявляє такі вольові якості, як мужність, сміливість, витривалість, наполегливість тощо.

Формування вольової регуляції повинно бути пов'язано з включенням в процесі життєдіяльності прийняття відповідальних рішень; використання ситуацій, що ставлять людину перед необхідністю подолання у своїй діяльності суб'єктивних і об'єктивних труднощів, що детермінують розвиток потреби в самозміні й оволодінні способами мобілізації власних можливостей для досягнення намічених цілей. Усвідомлення людиною міри відповідальності за самореалізацію власних можливостей сприяє розвитку цілеспрямованості та наполегливості, що сприятиме саморозвитку особистості в цілому.

З метою становлення саморозвитку особистості необхідно розвивати рефлексію, навички самодіагностики і саморегуляції, підкріплювати особисту самостійність в стратегічних видах життєдіяльності, включаючи цілепокладання і планування.

Волю, здатність до саморегуляції і самообмеження необхідно формувати з дитячих років. Адже в процесі саморозвитку ніхто інший, а сама особистість ставить перед собою мету, вибирає шляхи її

досягнення і виходить до тих чи інших результатів. Вправляючись з дитинства в подоланні труднощів, людина вчиться знаходити свій шлях у житті, прагне бути фізично і психічно здоровим, не залишитися в повній залежності від навколишнього оточення, яка може бути і досить несприятливою. У кожної людини є всі можливості для розвитку і самовиховання волі. І чим раніше починається свідомий процес виховання її, тим більших успіхів людина може домогтися.

Формування вольової регуляції пов'язано з включенням в певний процес прийняття відповідальних рішень, ситуацій, що ставлять людину перед необхідністю подолання у своїй діяльності суб'єктивних і об'єктивних труднощів, які детермінують розвиток потреби в самозміні й оволодінні способами мобілізації власних можливостей для досягнення намічених цілей. Вольова регуляція діяльності та поведінки людини, таким чином, являє собою особливу, вищу форму прояву загальної психічної регуляції. При цьому саморозвиток вважається більш високим рівнем розвитку особистості, ніж власне розвиток. В якості основних критеріїв диференціації розвитку і саморозвитку виділяються довільність і усвідомленість самозміни особистості.

Висновки

Розпоряджаючись особистісними ресурсами, людина отримує можливість будувати відносини зі світом і в цьому процесі формувати самого себе. Активність, саморегуляція, саморозвиток і самовдосконалення - ключові характеристики людини як суб'єкта життя. Міра саморозвитку особистості пов'язана з мірою її активності в організації подій свого життя. Через управління подіями стає можливим управління змінами самої особистості - саморозвиток. Поняттям «саморозвиток» описуються такі феномени розвитку, які представлені актами довільної, цілеспрямованої, керованої особистістю самозміни. Саме вольові процеси впливають на здатність вести себе незалежно від будь-яких обставин (і навіть всупереч їм), керуючись при цьому власними, свідомо поставленими цілями.

Встановлено, що зовнішніми результатами вольової регуляції є конкретні досягнення людини: перемоги, досягнення, успіхи тощо. Внутрішніми результатами є зміни, що відбулися в самій особистості: з'являються певні вольові якості, нове ставлення до себе, розвиток власних можливостей, підвищення власної компетентності, професійності, емоційної стійкості у професійній діяльності, в досягненні змін власної особистості. Людина, яка досягає успіху в діяльності, долаючи труднощі, не тільки розвивається і створює нові результати, але й самореалізується в житті, прагне до саморозвитку.

Перспективою подальших досліджень ми вбачаємо розробку методичного інструментарію та проведення емпіричного дослідження впливу когнітивних, вольових та емоційних характерис-

тик особистості на зміст та динаміку ціннісно-смыслових утворень в процесі реалізації еколого-орієнтованої життєдіяльності.

Список використаних джерел

1. Божович Л. И. Проблемы формирования личности: Избранные психологические труды / Под ред. Д. И. Фельдштейна. 3-е изд. – М. : Московский психол-соц. инс-т, Воронеж : НПО «МОДЭК», 2001. – С. 18–56.
2. Бочавер А. А. Исследования жизненного пути человека в современной зарубежной психологии // Вопросы психологии. - 2008. - № 5. - С. 54-62.
3. Ильин Е. П. Психология воли / Ильин Е. П. – СПб. : Питер, 2000. – С. 17–195.
4. Леонтьев А. Н. Воля / А. Н. Леонтьев // Вестник Московского университета. – Сер. 14, Психология. – 1993. – № 2. – С. 3–14.
5. Kuhl J., Beckmann J. Historical perspectives in the study of action control // Action control: From cognition to behavior / Ed. by J. Kuhl, J. Beckmann. Berlin. N.Y. – 1985. – P.178–185.
6. Селиванов В. И. Основные подходы к психологическому исследованию волевой активности личности / В. И. Селиванов // Экспериментальные исследования волевой активности. – Рязань, 1986. – 138 с.
7. Silva M. N., Markland D. A., Minderico C. S., Vieira P.N., Castro M.M., Coutinho S.S., Santos T.C., Matos M.G., Sardinha L.B., Teixeira P.J. A randomized controlled trial to evaluate self-determination theory for exercise adherence and weight control: Rationale and intervention description // BMC Public Health. – 2008. – Vol. 8. – P. 234–247.
8. Швалб Ю. М. Возвращение к забытой теме: проблема воли в психологии / Ю. М. Швалб // зб. наук. пр. Актуальні проблеми психології. – Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2014. – Том VII. Екологічна психологія. – Вип. 37. – С. 186–199.

Spysok vykorystanyh dzherel

1. Bozhovich L. I. Problemy formirovaniya lichnosti: Izbrannyye psihologicheskie trudy / Pod red. D. I. Feldshteyna. 3-e izd. – M. : Moskovskiy psihol-sots. ins-t, Voronezh : NPO «MODEK», 2001. – S. 18–56.
2. Bochaver A. A. Issledovaniya zhiznennogo puti cheloveka v sovremennoy zarubezhnoy psihologii // Voprosyi psihologii. - 2008. - № 5. - S. 54-62.
3. Ilin E. P. Psihologiya voli / Ilin E. P. – SPb. : Piter, 2000. – S. 17–195.
4. Leontev A. N. Volya / A. N. Leontev // Vestnik Moskovskogo universiteta. – Ser. 14, Psihologiya. – 1993. – № 2. – S. 3–14.
5. Kuhl J., Beckmann J. Historical perspectives in the study of action control // Action control: From cognition to behavior / Ed. by J. Kuhl, J. Beckmann. Berlin. N.Y. – 1985. – P.178–185.
6. Selivanov V. I. Osnovnyie podhodyi k psihologicheskomu issledovaniyu volevoy aktivnosti lichnosti / V. I. Selivanov // Eksperimentalnyie issledovaniya volevoy aktivnosti. – Ryazan, 1986. – 138 s.
7. Silva M. N., Markland D. A., Minderico C. S., Vieira P.N., Castro M.M., Coutinho S.S., Santos T.C., Matos M.G., Sardinha L.B., Teixeira P.J. A randomized controlled trial to evaluate self-determination theory for exercise adherence and weight control: Rationale and intervention description // BMC Public Health. – 2008. – Vol. 8. – P. 234–247.

8. Shvalb Yu. M. Vozvrashchenie k zabyitoy teme: problema voli v psihologii / Yu. M. Shvalb // zb. nauk. pr. Aktualni problemi psihologiyi. – Zhitomir : Vid-vo ZhDU Im. I. Franka, 2014. – Tom VII. Ekologichna psihologiya. – Vip. 37. – S. 186–199.

Кирпенко Т.М. Функция воли в процессе саморазвития личности

В статье проанализированы характеристики процесса саморазвития личности. Изучались направления исследований по проблеме волевой регуляции. Описаны отдельные характеристики проявлений воли. Теоретически обозначены значения и функции волевой регуляции, как основы поведенческого и социального самоконтроля в процессе саморазвития личности. Раскрывается сущность и содержание саморазвития личности. Определено, что в процессе деятельности формируется индивидуальный стиль проявления волевой регуляции личности, который определяет успешность, результативность, качество ее деятельности и саморазвития в целом. Констатируется, что в саморазвития личности определяющими являются именно ее внутренние волевые усилия. Определена актуальность исследуемой проблемы и перспективы дальнейших исследований в данном направлении.

Ключевые слова: личность, воля, саморазвитие, саморегуляция, настойчивость, самодетерминация.

Kirpenko T. The volitional function in the process of self-development person

The article analyzes the characteristics of the process of self-development of person. Some basic approaches to the study of self-development of modern psychology were allocated. Were represented of research on the problem of strong-willed regulation. Are described individual features of manifestation the will.

Has been described the nature and content of the self-development of personality. The process of self-development - is the process of purposeful activity of the person. It is a process of self-transformation, conscious process of volitional control their development. It includes a variety of purposes, ways and means according to the attitudes. Were identified of importance and function of volitional regulation. Will is the basis of social behavior and self-control in the process of self-development. We study the psychological mechanisms willed self-control. Individual style volitional regulation of personality is formed during the life of. It determines the success, effectiveness, quality of work and self-development of person. Is noted that the in the self-development of personality are the main its internal volitional efforts.

Prospects for further research from the theoretical and practical point of view is to consider the formation of volitional regulation in childhood and high school years in the family and in social interaction. Self-change awareness has been identified as the main criteria for the development and self-development. It was determined the relevance of the research problem. Have been the Prospects identified for further research in this area.

Keywords: personality, will, self-development, self-control, perseverance, Self-determination.