



Деятельность человека сопровождается волевыми актами как произвольными, так и не произвольными. Произвольные действия включают в себя направленные усилия, которые определяются конкретной целью и являются осознанными актами в деятельности человека. Непроизвольные акты не определяются конкретной целью и не регулируются актами сознания.

Воля – это осознанная регуляция человеком своей деятельности и поведения, которое выражается в преодолении человеком трудностей при совершении человеком целенаправленных действий. Особенно воля активизируется в трудных жизненных ситуациях. Здесь играют роль процессы возбуждения и торможения.

Произвольные или волевые действия развиваются на основе произвольных движений и действий. Поведение человека может быть произвольным и произвольным. Сознательные действия человека направлены для достижения поставленной цели, они характерны больше для людей. Эти действия включают в себя последовательность движений и действий, которые стали осознанными в процессе эволюции. Сознательность также характеризует волевое поведение.

Волевые действия могут быть разного уровня сложности. Основой усложнения действий является тот факт, что не всякая цель, которая ставится нами, может быть достигнута сразу. Чаще всего достижение поставленной цели требует выполнения ряда промежуточных действий, приближающих нас к поставленной цели.

Волевое поведение очень связано с преодолением препятствий (внешних или внутренних). Внутренние препятствия – это отсутствие мотивации к выполнению действия, а внешние – это отсутствие инструментов для выполнения действия, зависимость от внешних факторов.

Не всегда для преодоления препятствий человеком включается воля. Иногда вмешиваются внешние факторы, и человек может преодолевать некоторые барьеры. Таким образом, важнейшей особенностью волевых действий, направленных на преодоление препятствий, является сознание значения поставленной цели, за которую надо бороться, сознание необходимости достичь ее. Чем более значима цель для человека, тем больше препятствий он

преодолевают. Поэтому волевые действия могут различаться не только по степени их сложности, но и по степени осознанности.

Для воли характерно наличие целеустремленности, которая определяется особенностями мышления человека, которое определяет цель и выбор средства для ее достижения. Мышление необходимо и в ходе выполнения задуманного действия. Осуществляя задуманное действие, мы сталкиваемся со многими трудностями.

Связь воли и чувств выражается в том, что, как правило, мы обращаем внимание на предметы и явления, вызывающие у нас определенные чувства. Желание добиться или достичь чего-либо, точно так же как избежать чего-либо неприятного, связано с нашими чувствами. То, что для нас является безразличным, не вызывающим никаких эмоций, как правило, не выступает в качестве цели действий. Однако ошибочно полагать, что только чувства являются источниками волевых действий.