

УДК 159.947

*Каріна Шамлян***ДОСЛІДЖЕННЯ РОЛІ ВОЛЬОВИХ ЗУСИЛЬ
У ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНТІВ**

Високий рівень розвитку вольових якостей особистості є одним з основних чинників її успіху в різних сферах життєдіяльності. Проблема волі, вольової активності, вольової регуляції поведінки вже давно є предметом пильного інтересу вчених. Ці питання є вельми актуальними і зараз, зокрема для сучасної студентської молоді, яка, витримуючи досить жорстку конкуренцію, повинна знайти свою “нішу” в професійному середовищі та гідно пройти свій неповторний шлях професійного зростання й особистісної самореалізації.

Аналіз психологічних досліджень вольової сфери особистості переко­нує нас у необхідності вивчення, насамперед, вольового зусилля як ключового механізму вольової регуляції поведінки. Це зумовило мету даного дослідження – проаналізувати теоретичні погляди й емпіричні підходи у вивченні вольових зусиль, дослідити уявлення студентів щодо ролі вольових зусиль у своєму житті, зокрема у навчальній діяльності.

Вольове зусилля ми розуміємо як акт здійснення людиною приму­су над собою задля того, щоб виконати суб’єктивно важку, але необ­хідну дію, і тим самим піднятися на сходинку у своєму духовному зростанні, здійснити вчинок. На провідній ролі зусилля у вольовій активності особистості наголошували О. Лазурський, К. Корнілов, М. Басов, В. М’ясіщев, Г. Ситін; як самостійна проблема вольове зу­силля чітко виділяється у дослідженнях В. Селіванова, В. Каліна, Е. Ільїна, Б. Смирнова, А. Висоцького, П. Рудика.

Вольове зусилля посідає центральне місце у системі понять, розроблених Е. Ільїним [3] для характеристики волі. Власне вольові зусилля, які викорис­товує людина для подолання перешкод у досягненні мети, на думку вчено­го, є тією специфічною ознакою, яка відрізняє вольову дію від довільної.

В. Калін вольовому зусиллю відводить роль основного операційного механізму вольової регуляції поведінки, який він характеризує як “односп­рямований регулюючий прояв свідомості, що призводить до установа­лення або утримання необхідного стану функціональної організації психіки. Будь-яка людина на своєму досвіді знає, що таке зусилля переживається як активне, напружене і конкретно спрямована самоуправління” [4, с. 53].

І. Петров [6] визначає вольове зусилля як активний прояв свідомості, який полягає як у мобілізації психічних і фізичних можливостей людини, так і в необхідності зниження активованості психіки у ході подолання внутрішніх і зовнішніх перешкод у процесі діяльності відповідно до об'єктивно усвідомленої необхідності.

Вимірюванню вольового зусилля В. Селіванов [8] відводив центральне місце у діагностиці волі, оскільки воно тією чи іншою мірою присутнє у всіх вольових діях.

В якості головного механізму вольової регуляції В. Іванніков [1] пропонує не вольове зусилля, а підсилення спонукання до дії через зміну особистісного смислу її виконання. Основна гіпотеза полягає у тому, що: “формування спонукання до вольової дії досягається через зміну або створення додаткового смислу дії, коли дія виконується вже не лише заради мотиву, за яким дія була прийнята до здійснення, а заради особистісних цінностей або інших мотивів, залучених до даної дії” [1, с. 85].

Вчений описує такі засоби зміни смислу дії: переоцінка значущості мотиву або предмета потреби; зміна ролі, позиції людини; передбачення і переживання наслідків здійснення (або нездійснення) вчинку; звернення до ритуалів, інших людей за підтримкою; використання уявних ситуацій, постановка більш конкретних цілей тощо [1, с. 87-89].

Ці засоби ми назвали б когнітивним, інтелектуально-творчим компонентом емоційно-вольової регуляції, оскільки їх суть – когнітивна обробка інформації, що залежить від властивостей людини, які важко назвати вольовими: її знань і досвіду, уяви, інтелектуальної активності, гнучкості та широти мислення, винахідливості. Вказані прийоми дуже ефективні, коли є можливість відтермінувати “зустріч” із реальною перешкодою, або у разі тривалого виконання нудної та складної роботи, у ході якої можна переосмислити особисту значущість.

В екстремальних ситуаціях, спортивній боротьбі, де мотиви і цілі гранично чіткі для людини, і немає сенсу (і часу!) їх переосмислювати, успіх залежить від вольових зусиль, які саме тут виявляються у “чистому вигляді”.

Аналіз саме таких ситуацій дає нам змогу зробити висновок, що вольове зусилля – це тілесна реальність: на вирішення яких би завдань не було воно спрямоване (фізичних чи інтелектуальних), вольове зусилля людина відчуває всім тілом, всім своїм організмом, і чим воно інтенсивніше, тим сильніше людина переживає внутрішнє напруження, мобілізацію і підйом енергії. Водночас вольове зусилля – це надзвичайна концентрація думки і пристрасне бажання досягти, перемогти, подолати. Ми переконані, що за вольовим зусиллям завжди повинен стояти афект.

Найбільш широким є поділ вольових зусиль на фізичні й інтелектуальні. П. Рудик [7] виділяє вольові зусилля: 1) при м'язових напруженнях; 2) при напруженні уваги; 3) пов'язані з подоланням втоми; 4) пов'язані з подолання почуття сорому; 5) пов'язані з дотриманням режиму.

Б. Смирнов [9] вказує на дві великі групи емоційно-вольових зусиль, важливі у спортивній діяльності: організуючі та мобілізуючі. Перші скеровують розумову та рухову активність на правильне виконання фізичних вправ, намагаючись ослабити або усунути збуджувальні та техніко-тактичні труднощі шляхом довільної зміни змісту свідомості (різні види довільної спрямованості уваги на контроль за ситуацією і власними діями). Мобілізуючі емоційно-вольові зусилля підвищують психічну та рухову активність при подоланні гнітючих і фізичних труднощів (словесні прийоми психічної саморегуляції).

Е. Ільїн [3] характеризує вольове зусилля з точки зору його інтенсивності, тривалості, лабільності та скерованості. Міра інтенсивності та тривалості характеризує силу волі людини. Лабільність (рухливість) вольового зусилля полягає в умінні довільно напружувати увагу і зменшувати її інтенсивність. Невміння розслабляти увагу призводить до швидкої психічної втоми і неувважності; це стосується і довільного скорочення або розслаблення м'язів.

Велику увагу Е. Ільїн приділяє психофізіологічній природі вольового зусилля; визначає такі його ознаки: відчуття внутрішнього напруження; спрямованість уваги на виконання дії; напруження м'язів, які не беруть участі у виконанні дії, зокрема мімічних; вегетативні прояви, зокрема видимі (здуття кровоносних судин, почервоніння обличчя тощо) [3, с. 141].

Одним із механізмів підсилення спонукання до дії вчений вважає м'язове напруження, тому воно і супроводжує вольове зусилля. Зусилля виражається також у зміні дихання, коли людина натужується. Ця дія приводить до затримки дихання або до різкого видиху, який супроводжується криком (або кректанням), що є проявом вісцеромоторного рефлексу: затримка дихання та видих збільшує м'язову силу та швидкість реагування у порівнянні з вдихом.

В. Селіванов [8] робить висновок про залежність вольового зусилля від "другосигнальної імпульсації" (Е. Бойко), сили нервової системи, емоційної реактивності й інших особливостей. На його думку, енергія вольового зусилля мобілізується засобами зовнішньої та внутрішньої стимуляції, які головним чином мають вербальний характер (наприклад, самонаказ виконувати дію).

Найскладнішим залишається питання кількісного виміру вольового зусилля. У вітчизняній психології склалася традиція досліджувати фізичні вольові зусилля методиками, принцип яких запропонував

Е. Ігнат'єв [2]: вимірювання тривалості утримування досліджуваним вольового зусилля на максимальному рівні при виконанні м'язової роботи у статичному режимі на динамометрі.

Проблема значно ускладнюється, якщо перешкоди, які людина повинна подолати, вимагають не лише фізичних, а й інтелектуальних зусиль або вольових дій із приборкування своїх емоцій.

В емпіричному вивченні вольової сфери особистості виділимо дві відносно незалежні лінії досліджень. Перша полягає у дослідженні вольових зусиль і станів у лабораторних умовах; друга – у дослідженні складних характеристик вольової активності (саморегуляції, організованості, цілеспрямованості тощо) методами, що якісно відрізняються від попередніх. Це опитувальники, самооцінки досліджуваних, експертні оцінки. При цьому висновок про наявність у досліджуваного тієї чи іншої вольової якості часто робиться узагальнено, без диференціювання за сферами активності.

У вивченні вольового зусилля нерозв'язаним також є питання щодо адекватних критеріїв виміру психічної енергії, витраченої індивідом на подолання внутрішніх перешкод (втоми, фрустрації, слабкості, лінощів, хворобливих станів тощо). Якщо припустити, що на суб'єктивному рівні вольове зусилля сприймається як тілесне напруження, енергетичний імпульс, то до його дослідження можна було б підійти як до дослідження суб'єктивного відчуття, різні нюанси якого людина здатна ідентифікувати й оцінити за допомогою суб'єктивного судження. Тому поруч із лабораторними методами дослідження зовнішніх проявів вольового зусилля, на наш погляд, доцільно скористатися можливостями рефлексивних методів.

Цей підхід ми спробували реалізувати у пілотажному дослідженні, проведеному серед студентів НЛТУ України, в якому взяли участь 67 студентів-магістрантів віком від 21 до 24 років, із них 36 дівчат і 31 хлопець.

Тестування проводилося за методикою дослідження вольової організації особистості [10], яка визначає загальний показник вольової організації досліджуваного і вираженість його окремих вольових якостей: цілеспрямованості, організованості, рішучості, наполегливості, самовладання, самостійності. Методика також містить шкалу нещирості.

Для дослідження вольових зусиль була розроблена анкета, яка містила такі завдання: оцінити за 10-бальною шкалою інтенсивність докладання досліджуваним вольових зусиль у різних сферах активності (навчальна діяльність, виконання домашніх обов'язків тощо) та застосування ним різних прийомів вольової саморегуляції.

Статистична обробка даних здійснювалася за допомогою програми STATISTICA 6. Результати тестування за методикою вольової організа-

ції особистості показали, що середні значення за шкалами окремих якостей значно не відрізняються між собою: від 12,7 балів за шкалою цілеспрямованості до 14,7 балів за шкалою наполегливості (при максимальних 24 балах). Але є певна відмінність у характері розподілу. Різниця між шкалами цілеспрямованості та наполегливості ще більше виявляється у показниках моди: 10 і 17 балів відповідно. Ці ж шкали, а також шкали рішучості та самовладання характеризуються високою дисперсією значень. Найменша дисперсія виявлена для шкал, які відповідають складним, “вторинним” вольовим якостям – організованості та самостійності.

Порівняльний аналіз і перевірка за t-критерієм Стьюдента засвідчили статистично значущі відмінності між даними хлопців і дівчат: дівчата є більш цілеспрямованими ($t=2,14$) і самостійними ($t=2,11$), проте з меншим самовладанням ($t=-2,08$).

Отже, у цілому у групі виконавчі, “інструментальні” властивості волі розвинуті вище, ніж головна системоутворювальна властивість вольової організації особистості – її цілеспрямованість; цей психологічний профіль чіткіше окреслений для групи чоловіків.

Результати опрацювання питання анкети щодо застосування вольових зусиль засвідчили, що найбільше вольових зусиль студентам доводиться докладати у навчальній діяльності (середнє значення 7,17 балів при найменшій дисперсії). Щодо інших сфер активності бали розподілено так: застосування вольових зусиль при виконанні домашніх обов’язків (6,81), у фізичній роботі (6,67), у заняттях улюбленою справою (6,25), в інтелектуальній роботі (6,20), у спілкуванні (6,05). Перевірка за t-критерієм показала статистично значущу відмінність між показниками вольових зусиль у навчальній та інтелектуальній діяльності ($t=2,72$ для незалежних змінних при рівні значущості $p<0,01$). У зв’язку з цим виникає питання, який смисл студенти вкладають у поняття “інтелектуальна робота” і яку частку інтелектуальності вони приписують навчальній діяльності.

Є деякі відмінності в оцінках дівчат і хлопців: дівчата більше докладають зусиль у навчальній діяльності, хлопці – більше у виконанні домашніх обов’язків, у спілкуванні, у заняттях улюбленою справою та у фізичній роботі. Перевірка за t-критерієм Стьюдента не підтвердила статистичної значущості цих відмінностей, тому на цьому етапі можна говорити лише про цікаві тенденції, які потребують додаткового дослідження.

Інше питання анкети стосувалося особливостей застосування досліджуваними різних прийомів вольової саморегуляції. Список таких прийомів був складений на основі вивченої літератури, більшість із них мають вербальний характер.

Студенти у такий спосіб застосовують прийоми саморегуляції у разі виникнення труднощів у навчальній діяльності (у дужках наведено середні по групі досліджуваних оцінки інтенсивності застосування прийому в балах): прямий самонаказ зробити те, що потрібно (7,87), уявлення приємних наслідків зробленої справи (7,82), намагання знайти додатковий смисл дії (7,19), контроль свого стану під час виконання дії (7,12), довільне припинення дії для того, що все обдумати (7,1), підбадьорення себе (6,95), намагання розслабитися (6,78), переконування себе у правильності дії або рішення (6,76), навіюванні певного настрою, стану (6,67), концентрація уваги на ретельному виконання кожної дії, кожного руху (6,53), самозаспокоєння (6,48), самонаказ не коливатися (6,42), уявлення неприємних наслідків у разі невиконання діяльності (6,34), схвалення себе (5,91), намагання якнайскоріше розпочати неприємну роботу (5,31), самоосуд (5,24).

Для ситуацій, які мають для студентів особливе особистісне значення, ієрархія оцінок дещо відрізняється: на перших місцях – уявлення приємних наслідків (8,92) і прямий самонаказ зробити те, що потрібно (8,44) і далі (наводиться у порядку зменшення балів) – підбадьорення себе; намагання знайти додатковий смисл; переконування себе у правильності дій; концентрація уваги на ретельному виконанні дії; навіювання певного настрою; контроль стану; припинення дії; самонаказ не коливатися; намагання розслабитися; самозаспокоєння; уявлення неприємних наслідків; схвалення себе; намагання якнайскоріше розпочати неприємну роботу; самоосуд.

Значущі відмінності в оцінках дівчат і хлопців стосуються лише одного пункту: дівчата частіше намагаються знайти додатковий смисл при виконанні завдань, пов'язаних із труднощами у навчальній діяльності ($t = 2,37$).

Усі без винятку прийоми вольової саморегуляції отримали більше балів у разі застосування їх в особисто важливих ситуаціях, ніж у навчальній діяльності. Статистично значущими відмінності є за такими пунктами: уявлення приємних наслідків, підбадьорення, концентрація уваги (для $p < 0,01$ $t = 3,46$; $2,85$; $2,62$ відповідно); намагання якнайскоріше розпочати роботу, переконування себе, прямий наказ (для $p < 0,05$ $t = 2,30$; $2,25$; $2,15$ відповідно).

Отже, чим сильніша мотивація, бажання досягнути важливих для особистості результатів, тим інтенсивніше включаються механізми вольового зусилля. Залежність, звичайно, очевидна. Проте є й інша сторона взаємодії мотивації та вольового зусилля: саме тоді, коли бракує мотивації, необхідні вольові зусилля, такі як самоспонування, самостимуляція.

Питання про співвідношення вольового зусилля і мотивації є одним із найбільш дискусійних у психології волі. В. Селіванов вказує на якісну відмінність між ними: якщо мотив – це те, заради чого здійснюється дія,

то вольове зусилля – це те, завдяки чому здійснюється дія в утруднених умовах. “Вольове зусилля – це лише один із необхідних засобів реалізації мотиву і цілі. Проте тут треба підкреслити й інше: вольове зусилля – це один із головних засобів особистості, за допомогою якого вона здійснює владу над своїми спонукками, вибірково пускаючи у дію одну мотиваційну систему і загальмовуючи іншу” [8, с. 215].

Е. Ільїн вважає, що нерідко силу волі підмінюють силою мотиву, проте формула “якщо хочу, то роблю” не підходить для тих випадків, коли людина дуже хоче, проте не робить, або коли не хоче, але все ж таки робить. Є багато ситуацій, коли немає боротьби мотивів, але потрібна вольова активність, тому що на шляху до цілі зустрічаються різні перешкоди. У таких ситуаціях при збереженні потреби бракує супутньої енергії для досягнення мети, тоді потрібне включення вольового механізму для підсилення енергетики дії. Саме необхідність підсилення енергетики розглядається рядом психологів як доведення неможливості звести волю до мотивів [3, с. 119-120].

Розглянемо кореляції між шкалами тесту вольової організації особистості і показниками вольової регуляції. Передусім виділяються кореляції шкали самовладання з такими показниками: контроль стану ($r=0,38$; $p<0,01$), переконування себе ($r=0,35$ та $r=0,30$ при подоланні труднощів у навчальній діяльності та в особистісно значущих ситуаціях відповідно); концентрація уваги на ретельному виконанні роботи ($r=0,29$ та $r=0,28$; $p<0,05$). Шкала організованості корелює з показниками самоконтролю, самозаспокоєння та концентрації уваги при їх застосуванні в особистісно значущих ситуаціях ($r=0,34$; $0,32$; $0,31$ відповідно), шкала цілеспрямованості – з концентрацією уваги ($r=0,40$), наказом не коливатися ($r=0,31$), самоконтролем ($r=0,31$) та самопереконуванням ($r=0,28$; $p<0,05$).

Шкали наполегливості та рішучості мають кореляційні зв'язки лише на рівні значущості $p<0,05$: наполегливість позитивно корелює з самопереконуванням, концентрацією уваги і від'ємно – з самозаспокоєнням та уявленням приємних наслідків. Шкала рішучості пов'язана з самопереконуванням і самохваленням. Лише одна кореляція виявлена для шкали самостійності – від'ємна з показником самозаспокоєнням ($r=-0,25$; $p<0,05$).

Аналіз кореляційної матриці свідчить про те, що з усіх прийомів саморегуляції найбільше статистично значущих зв'язків із вольовими властивостями мають три: самопереконування, самоконтроль, концентрація уваги на ретельному виконанні роботи. Жодних значущих кореляцій із вольовими властивостями не виявлено для таких прийомів, як прямий наказ зробити те, що треба, підбадьорення себе, намагання якнайшвидше роз-

почати справу, самозасудження, самонавіювання, довільне припинення дії, пошук додаткового смислу дії. Прямий наказ, який отримав найвищі оцінки досліджуваних, є універсальним прийомом, застосування якого не залежить від особливостей вольової організації особистості.

З метою вивчення структури взаємозв'язків між показниками вольової регуляції був застосований факторний аналіз (методом головних компонентів з обертанням варимакс). Виділено 4 фактори (49,6% загального внеску в сумарну дисперсію):

Фактор 1 умовно можна назвати “Рефлексивні прийоми”; його утворюють такі прийоми, як самозаспокоєння та пошук додаткового смислу, які застосовуються при подоланні перешкод як у навчальній діяльності, так і в особистісно значущих ситуаціях.

Фактор 2 – “Негативна само стимуляція” – утворений показником уявлення неприємних наслідків і самозасудження, який також використовується у навчальній діяльності та у важливих для особистості ситуаціях.

Фактор 3 – “Позитивна само стимуляція”: уявлення приємних наслідків, схвалення себе, переконування у правильності дій, рішень і намагання якнайшвидше розпочати справу.

Фактор 4 – “Виконавчі прийоми”: концентрація уваги, самоконтроль, навіювання собі потрібного настрою, які застосовуються як у навчальній діяльності, так і в особистісно значущих ситуаціях.

Визначено такі кореляції значення цих факторів зі шкалами тесту вольової організації. Фактор 1 від'ємно корелює з наполегливістю ($r=-0,33$; $p<0,01$), також має від'ємні, статистично незначущі кореляції з самовладанням і самостійністю ($r=-0,22$; $r=-0,21$). Фактор 2 від'ємно корелює зі всіма шкалами, статистично значущі кореляції – із самовладанням ($r=-0,35$; $p<0,01$), організованістю та рішучістю ($r=-0,31$ та $r=-0,27$; $p<0,05$). Кореляції фактора 3 зі всіма шкалами позитивні, але дуже низькі – від 0,01 до 0,13.

Фактор 4 позитивно корелює зі всіма шкалами тесту, окрім самостійності; статистично значущі кореляції – із самовладанням ($r=0,35$; $p<0,01$) та цілеспрямованістю ($r=0,31$; $p<0,05$).

Отже, рівень вольової організації особистості виявляється у застосуванні прийомів саморегуляції, які безпосередньо пов'язані з виконанням вольової дії (четвертий фактор). Щодо прийомів самомотивування, які презентують решта три фактори, то кореляції або відсутні, або від'ємні.

Таким чином, проведене пілотажне дослідження виявило певні діагностичні можливості рефлексивних методів у вивченні вольового зусилля. Результати кореляційного і факторного аналізу показують шляхи уточнення і

підвищення діагностичної чутливості емпіричних показників. Отримані численні взаємозв'язки показників вольових зусиль з особливостями вольової організації особистості переконують в необхідності застосування диференційованого підходу у вивченні вольової сфери особистості.

Посилання:

1. *Иванников В. А.* Психологические механизмы волевой регуляции / *В. А. Иванников*. — М. : МГУ, 1991. — 142 с.
2. *Игнатъев Е. И.* Экспериментальное изучение простейших компонентов воли у школьников / *Е. И. Игнатъев* // Вопросы психологии личности / Под ред. *Е. И. Игнатъева*. — М. : Учпедгиз, 1960. — С. 119—125.
3. *Ильин Е. П.* Психология воли. — 2-е изд. / *Е. П. Ильин*. — С.-Пб. : Питер, 2011. — 368 с.
4. *Калин В. К.* На путях построения теории воли / *В. К. Калин* // Психологический журнал. — 1989. — Т. 10. — № 2. — С. 46—55.
5. *Калин В. К.* Психология воли : сборник научных трудов / *В. К. Калин*. — Симферополь, 2011. — 208 с.
6. *Петров И. К.* Возрастные особенности волевых усилий в двигательной активности / *И. К. Петров* // *Калин В. К.* Психология воли : сборник научных трудов. — Симферополь, 2011. — С. 144—159.
7. *Рудик П. А.* Психология : Учебник для институтов физической культуры / *П. А. Рудик*. — М. : ФиС, 1967. — 230 с.
8. *Селиванов В. И.* Избранные психологические произведения: воля, её развитие и воспитание / *В. И. Селиванов*. — Рязань : Изд. Рязанского гос. пед. института, 1992. — 572 с.
9. *Смирнов Б. Н.* О разных подходах к проблеме воли в психологии / *Б. Н. Смирнов* // Вопросы психологии. — 2004. — № 3. — С. 64—70.
10. *Твоя профессиональная карьера : учебник* / под ред. *С. Н. Чистяковой, Т. И. Шалавиной*. — М. : Просвещение, 2000. — 191 с.

References (transliterated and translated):

1. *Ivannikov V. A.* Psihologicheskie mehanizmy volevoj reguljicii (Psychological mechanisms of volitional regulation). Moscow, 1991, 142 p.
2. *Ignat'ev E. I.* Jeksperimental'noe izuchenie prostejshih komponentov voli u shkol'nikov (Experimental study of the simplest components of pupils' will) // Questions of personality psychology / *E. I. Ignatiev* (ed.). Moscow, 1960. P. 119—125.
3. *Il'in E. P.* Psihologija voli (Psychology of will). St. Petersburg, 2011, 368 p.
4. *Kalin V. K.* Na putjah postroenija teorii voli (On the ways of constructing a theory of will). // Psychological Journal, 1989. Vol. 10, № 2. P. 46—55.
5. *Kalin V. K.* Psihologija voli : sbornik nauchnyh trudov (Psychology of will : collection of scientific papers). Simferopol', 2011. 208 p.
6. *Petrov I. K.* Vozrastnye osobennosti volevyh usilij v dvigatel'noj aktivnosti (Age features of willpower in motor activity) // *Kalin V. K.* Psychology of will: collection of scientific papers. Simferopol', 2011. P. 144—159.
7. *Rudik P. A.* Psihologija : Uchebnik dlja institutov fizicheskoj kul'tury (Psychology : Textbook for physical culture institutes). Moscow, 1967, 230 p.
8. *Selivanov V. I.* Izbrannye psihologicheskie proizvedenija: volja, ejo razvitie i vospitanie (Selected psychological works: the will, its development and education). Riazan', 1992. 572 p.
9. *Smirnov B. N.* O raznyh podhodah k probleme voli v psihologii (On the different approaches to the problem of will in psychology) // Questions of Psychology, 2004. № 3. P. 64—70.

10. Tvoja professional'naja kar'era : uchebnik (Your professional career: the textbook). / S. N. Chistyakova, T. I. Shalavina (ed.). Moscow, 2000, 191 p.

Стаття надійшла до редакції 22.11.2013

К. Шамлян

Исследование роли волевых усилий в жизнедеятельности студентов

Проанализированы теоретические взгляды и эмпирические подходы в изучении волевых усилий, исследованы представления студентов о роли волевых усилий в их жизни, в том числе в учебной деятельности. Представлены результаты эмпирического исследования волевых усилий студентов. Показана роль волевых усилий в разных сферах активности студентов, а также проанализированы взаимосвязи волевых усилий с особенностями волевой организации личности. Проведенное автором пилотажное исследование роли волевых усилий в жизнедеятельности студентов выявило определенные диагностические возможности рефлексивных методов в изучении волевого усилия. Результаты корреляционного и факторного анализа показывают пути уточнения и повышения диагностической чувствительности эмпирических показателей. Полученные многочисленные взаимосвязи показателей волевых усилий с особенностями волевой организации личности убеждают в необходимости применения дифференцированного подхода в изучении волевой сферы личности.

Ключевые слова: волевое усилие, волевая организация личности, волевая регуляция, саморегуляция.

K. Shamlyan

Research of Willpower Role in Students' Life

The article analyzes theoretical views and empirical approaches to the study of willpower, students' views on the role of willpower in their lives, including in the educational activity. The results of empiric research of students' willpower are presented. The role of willpower in various spheres of activity of students and the analysis of the relationship of willpower with the features of strong-willed personality organization are shown. The author's pilot study of the role of willpower in the students' life showed some diagnostic capabilities of reflexive methods in the study of volitional effort. The results of correlation and factor analysis show the way to clarify and improve the diagnostic sensitivity of empirical indicators. Numerous relationships of willpower indicators with the features of strong-willed personality organization emphasize the need for using a differentiated approach in the study of volitional personality.

Key words: willpower, strong-willed personality organization, strong-willed regulation, self-regulation.

Рецензент – кандидат педагогічних наук,
старший науковий співробітник В. В. Синявський