

Кащеева Александра Викторовна

соискатель

Зимина Ирина Викторовна

соискатель

Лобанов Сергей Николаевич

ведущий психолог

ФГАОУ ВО «Нижегородский государственный

университет им. Н.И. Лобачевского»

г. Нижний Новгород

**ВОЛЕВАЯ РЕГУЛЯЦИЯ КАК КОМПОНЕНТ
В СТРУКТУРЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Аннотация: в статье рассматривается механизм действия волевой регуляции в сложных ситуациях профессиональной деятельности. Определена взаимосвязь эмоциональной реактивности и волевого самоконтроля.

Ключевые слова: психологическая устойчивость, волевая регуляция, самоконтроль.

В процессе своей жизни человек преодолевает трудности, производя осознанное изменение своего поведения, проявляя тем самым волю. В.К. Калинин в изучении природы волевого усилия отметил особую внутреннюю активность. В сложных ситуациях она выступает в виде развернутого внутреннего действия, мобилизующего ресурсы и организующего психические процессы. Автор отмечает, что эмоции способствуют общей готовности всех систем организма, а волевая регуляция позволяет избирательно и сознательно мобилизовать психофизические возможности организма. Эмоциональная и волевая регуляции могут быть сонаправлены, или конкурировать между собой [3].

В трудных ситуациях при оптимизации к конкретному виду деятельности возникает вопрос о снятии дезорганизующих эмоциональных проявлений. Е.П. Ильин указывает на то, что волевая регуляция подключается, когда эмоции

нарушают деятельность. В случае стимулирующего воздействия эмоций на деятельность, необходимость вступать в силу волевым качествам отсутствует [3].

В.Ф. Власов определяет волевой компонент психологической устойчивости как психологическое качество, которое проявляется в трудных ситуациях в виде взаимодействия эмоциональной реактивности и волевого самоконтроля [1].

В своих исследованиях заблаговременной устойчивости будущих офицеров запаса к условиям военно-профессиональной деятельности Т.В. Маркелова выявила, что в сложных ситуациях военно-профессиональной деятельности формируется состояние напряженности, при котором эмоции запускают процессы энергетического обеспечения деятельности, мобилизуется механизм волевой регуляции. Возникновение необходимого функционального состояния для эффективного решения профессиональных задач происходит в результате взаимодействия психологической системы профессиональной деятельности и деятельности по саморегуляции [2].

Волевая регуляция преобразует существующее функциональное состояние в необходимое для эффективной реализации деятельности. Таким образом, данное качество является одним из важнейших компонентов психологической устойчивости.

Самоконтроль, являясь одной из составляющих частей волевой регуляции, устанавливает «степень рассогласованности между эталонным и действующим значением психологических и других параметров функционального состояния человека» [2]. При выявленном несоответствии личность сознательно принимает меры по волевой регуляции, при этом самоконтроль выбирает стратегию совладания с трудными ситуациями. Самоконтроль формируется в ходе воспитания, усвоения ценностей и моральных принципов, является социальным явлением.

Помимо самоконтроля к волевым качествам относятся терпение, упорство в преодолении трудностей, выдержка и др. Волевая регуляция начинает действовать во время нехватки энергии, мобилизует к достижению цели.

Список литературы

1. Власов В.Ф. Психологические условия повышения эффективности процесса формирования эмоционально-волевой устойчивости у воинов средствами физической подготовки: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. – М.: ВПА им. В.И. Ленина, 1990.
2. Маркелова Т.В. Теоретико-методологические основы заблаговременной устойчивости будущих офицеров запаса к условиям военно-профессиональной деятельности: Автореф. дис. д-ра ... психол. наук / Т.В. Маркелова – М., 2011.
3. Огородников А. М. Эмоционально-волевая сфера личности в регуляции деятельности // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии: Сб. ст. по матер. XI междунар. науч.-практ. конф. Часть II. – Новосибирск: СиБАК, 2011.