# 项目七 意志

**授课教师： 职称： 授课年级： 专业：**

一、**组织教学**

课前3分钟，教师开启电脑、投影仪等所需设备，检查设备情况，并将所需课件拷贝到电脑上；检查黑板是否擦干净。

上课铃响，教师宣布上课，师生问好。

教师检查人数，查找缺席学生及原因。

教师将学生以4~5人一组，分成若干小组。

（本课程中涉及到小组讨论环节时，按照此次组员编排进行）

**二、引入新课**

## 【学习任务】

通过本项目的学习使学生掌握意志的概念、意志的品质和意志行动的特征，学会分析意志行动的心理过程，培养自身与学生的良好意志品质。

## 学习知识一 意志概述

### 一、什么是意志

人不仅能认识世界，在头脑里形成各种映象、观念、思想，对客观对象产生不同的态度体验，还能有意识、有目的、有计划地改造客观世界。在认识和变革现实的过程中，人自觉地确定目的，有意识地根据目的动机，调节支配行动，克服困难，实现目标的心理过程，叫做意志过程。

意志总是表现在人们的实际行动之中。意志和认识过程、情绪过程有着密切的联系。意志的产生是以认识过程为前提的，人们自觉的、有目的性的意志行动离不开认识过程，意志是在认识活动的基础上产生的，而意志对人们在学习与实践活动中的认识活动也有很大的影响与调节作用。

### 二、人的意志行动的特点

人的意志行动有以下四个特征：

第一，意志行动是人特有的自觉确定目的的行动。动物的行为也带有某种目的性，但是，动物的行为还不能达到自觉意识的水平。

第二，意志行动的第二个特征是意识对活动的调节支配作用，使人的行动能按自觉的目的去改造世界。意志是内部的意识事实向外部动作的转化过程，是主观见之于客观，观念付诸行动、付诸实践的过程。

第三，克服内部和外部的困难是意志行动最重要的特征。意志行动是有自觉目的的行动，目的的确立与实现的过程通常会碰到种种困难，战胜和克服困难的过程，就是意志目标实现的过程。

第四，意志行动是以随意动作为基础，它是和自动化的习惯动作既有联系又有区别的行动。人的复杂行为包括意志行动在内，是由简单的动作组成的。动作可分随意和不随意两种。

### 三、关于“意志自由”

怎样理解“意志自由”意志本质的认识问题。在这个问题上，唯物主义和唯心主义之间存在着长期而又尖锐的斗争。行为主义心理学派用机械主义观点否定主观精神的作用，因而也完全否认意志的存在。他们把人的行为归结为“刺激一反应”(S—R)的简单公式。认为人的行为完全是由外界剌激所决定的。

### 四、意志行动的生理机制

(一)随意运动的神经装置

1.皮层运动区及下行神经通路

2.皮层的运动感觉区与上行投射系统

(二)随意运动的反射机制

随意运动是一个由感受器、传入神经、大脑皮层感觉中枢、运动中枢、效应动作及运动感觉中枢组成的复杂机能系统。

皮层运动区、运动感觉区和其他感觉区之间，可以通过条件反射方式建立暂时神经联系，借助这种联系，运动器官的活动，便获得条件反射的性质。借助这种联系，外部动因引起的被动性运动，就可以转化为内部动因引起的主动运动。

(三)随意运动的反馈机制

随意运动是大脑皮层整合活动的结果，其中皮层运动区与皮层动觉区的联合机制有非常重要的作用。

(四)第二信号系统在人的随意运动中的作用

人的随意运动是两种信号系统协同活动的结果，第二信号系统在其中起主导和调节作用。人的不随意运动向随意运动的转化，必须借助于第二信号系统参加才能实现。

## 学习知识二 意志行动过程

### 一、动机与动机之间的斗争

(一)什么是动机

人的任何意志行动都是由一定的动机所引起的。所谓动机是指激起人去行动或抑制这个行动的愿望和意图，这是一种推动人的行为的内在心理原因。动机是由需要与刺激诱因引起的。

(二)动机的特征和机能

在需要基础上形成动机的过程，决定了动机具有以下特征和机能。

1.动机的原发性特征和始动机能

2.动机的内隐性特征和调节机能

3.动机的活动性、实践性特征和强化机能

(三)动机的性质和力量

需要是产生动机的基础，由于需要不同，人的活动动机的性质也是各种各样的。根据动机的认知结构层次不同，有人把动机分为初级动机和高级社会性动机；社会性动机又可分为交往性动机(如群集感、友谊感、亲属感等)和成就动机(如取得成就、被社会承认、尊敬、赞许等)。

(四)人的动机体系和动机之间的斗争

在个体身上有许许多多的动机，它们构成了复杂的动机体系。动机体系包括需要、定势、兴趣、愿望、理想、信念、世界观。在动机体系中，最强烈、最稳定、最核心的成分是该个体的主导动机。主导动机具有更稳定、持久而强大的动力作用，往往体现该个体意志品质的个性特征。

### 二、活动目的的确立

活动目的是指意志行动所要达到的目标和结果。例如，在为建设祖国和学业成就动机的推动下，通过一系列的学习和锻炼，将自己培养成“有理想、有道德、有知识、有体力的人”，“成为德、智、体、美全面发展的社会主义建设者和接班人”。

目的冲突引起心理矛盾有以下几种类型：

(1)双趋式冲突。

(2)双避式冲突。

(3)趋避式冲突。

(4)多重趋避式冲突。

### 三、行动方法和策略的选择

目的确定之后，还需选择达到目的的有效方法和策略，制订切实的行动计划.任何复杂的活动都有时机、方法、策略和步骤的确定与安排。方法与策略的选择，对活动任务的胜利完成和行动目的的顺利实现关系极大。

### 四、克服困难，执行决定

在执行决定的过程中，对待困难的态度，往往体现了一个人意志品质的个性特征。要克服困难必须依赖以下心理条件：

坚定的信念和世界观是崇高动机的基础，也是克服困难最基本的条件。行动目的的性质对克服困难也有重要意义。

### 五、挫折心理与应对

影响挫折感受程度的因素主要有以下几方面：

1.挫折忍受力

2.遭受挫折的重要性

### 六、调整修正计划，实现目标

意志的坚韧性是要实事求是，当机立断，调整计划，继续前进。这是人的意识能动性的深刻表现，也是一种优良的意志品质特征。有了这种坚定性和灵活性相结合的意志品质，才能推动人们有效地克服困难，去争取胜利，实现目标。

## 学习知识三 意志的品质及其培养

### 一、意志的品质

良好的意志品质对于我们做好任何工作都是必要的。

(一)自觉性

自觉性是指人对自己意志行动的目的及其积极意义有明确而深刻的认识，并自愿地调节和支配自己的行动，使之符合行动目的的品质。

(二)果断性

果断性是指善于明辨是非，适时而坚决地采取决定和执行决定的意志品质。

(三)坚持性

坚持性是指以坚韧顽强的毅力，百折不挠的精神，不断地克服困难，把决定贯彻始终的意志品质。

(四)自制性

与坚持性相反的意志品质是动摇性和顽固性。动摇性就是遇到小挫折便望而却步，见异思迁，半途而废。顽固性与坚持性具有本质的不同。

### 二、意志品质的培养

(一)加强目的动机教育，培养正确的观念

(二)严格管理教育，养成自觉遵守纪律的习惯

(三)在行动中锻炼，增强克服困难的毅力

(四)针对个别差异，培养优良的意志品质

(五)启发学生觉悟，加强意志的自我锻炼

## 复习题

一、名词解释

意志活动的目的抱负水平意志的品质

二、简答题

1.简述意志与认识、情绪情感活动的区别和联系。

2.简述意志行动的特点。

3.论述意志的品质和培养学生坚强意志品质的方法。

4.简述意志行动的生理机制。

5.简述意志的行动过程。