



Тема 9: Понятие внимания



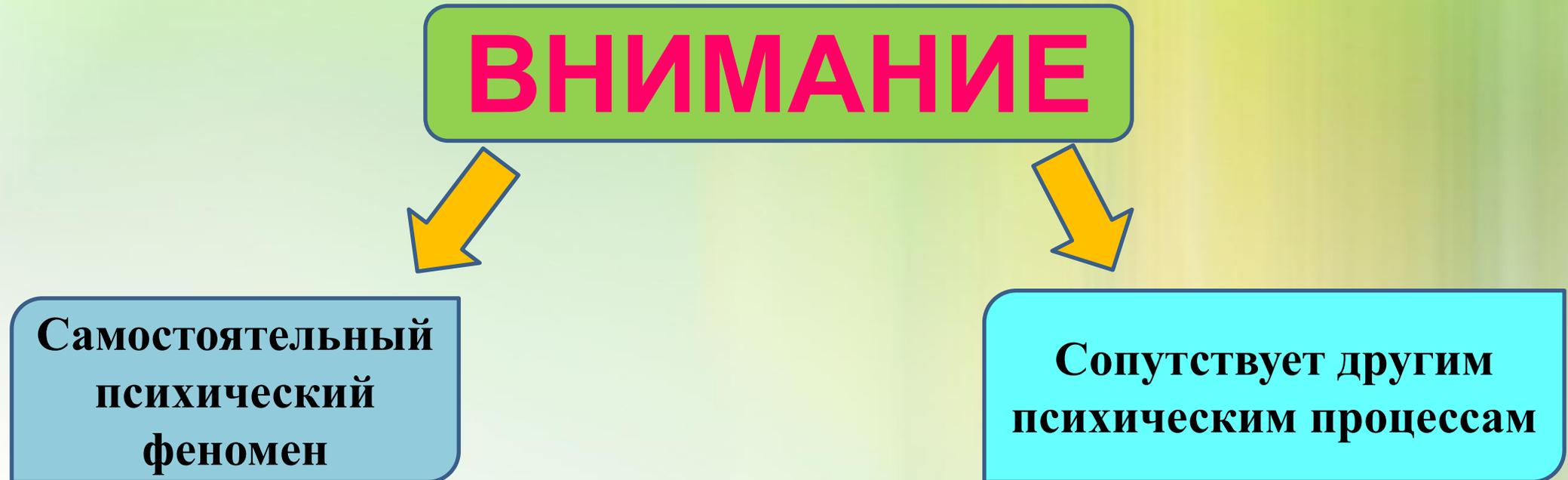
• ***Вопросы для изучения:***

1. Основные свойства внимания.
2. Свойства внимания.
3. Физиология внимания.

1. Основные свойства внимания.



Что такое **ВНИМАНИЕ** ?



среди психологов нет единого мнения



ВНИМАНИЕ



ЭТО
ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ
ПСИХИЧЕСКИЙ
ПРОЦЕСС

СВЯЗАНО С ВОЛЕЙ
И ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ



- **Внимание** – это направленность психики (сознания) на определенные объекты, имеющие для личности устойчивую и ситуативную значимость, сосредоточение психики (сознания), предполагающее повышенный уровень сенсорной, интеллектуальной или двигательной активности.
- **Внимание** – это направленность и сосредоточенность сознания на определенных объектах или определенной деятельности при отвлечении от всего остального.



- Под *направленностью* понимают **избирательный** (селективный) характер протекания познавательной деятельности, *произвольный* (преднамеренный) или *непроизвольный* (непреднамеренный) *выбор* ее *объектов*.



- Другой характерной особенностью внимания является *сосредоточение* (концентрация) психической деятельности (сосредоточение субъекта на объекте).
- Сосредоточение предполагает не только *отвлечение* от всего постороннего, не относящегося к данной деятельности, но и *торможение* (игнорирование, устранение) побочной, конкурирующей деятельности



- С сосредоточенностью связана *интенсивность*, или напряженность внимания.
- Чем больше интерес к деятельности (чем больше осознание ее значения) и чем труднее деятельность (чем она менее знакома человеку), чем больше влияние отвлекающих раздражителей, тем более интенсивным (напряженным) будет внимание.

Значение внимания



1. **Внимание организует человеческую психику на все многообразие ощущений.**
2. **С вниманием связаны направленность и избирательность познавательных процессов.**
3. **Вниманием определяются:**
 - **точность и детализация восприятия** (внимание является своеобразным усилителем, позволяющим различать детали изображения);
 - **прочность и избирательность памяти** (внимание выступает как фактор, способствующий сохранению нужной информации в кратковременной и оперативной памяти);
 - **направленность и продуктивность мышления** (внимание выступает как обязательный фактор правильного понимания и решения задачи).
4. В системе **межличностных отношений** внимание способствует лучшему взаимопониманию, адаптации людей друг к другу, предупреждению и своевременному разрешению межличностных конфликтов.

Функции внимания



- а) *отбор* значимых (т.е. соответствующих потребностям данной деятельности) воздействий и игнорирование других – несущественных, побочных, конкурирующих;
- б) *удержание* данной деятельности, сохранение в сознании образов определенного содержания до момента завершения деятельности, до достижения поставленной цели;
- в) *регуляция и контроль* за протеканием деятельности.



Внимание может проявляться

- в сенсорных,
- в мнемических,
- мыслительных
- и двигательных процессах.

Сенсорное внимание связано с восприятием раздражителей разной модальности (вида). Выделяют зрительное и слуховое сенсорное внимание. Объектами интеллектуального внимания как высшей его формы являются воспоминания и мысли.

2. Свойства внимания.



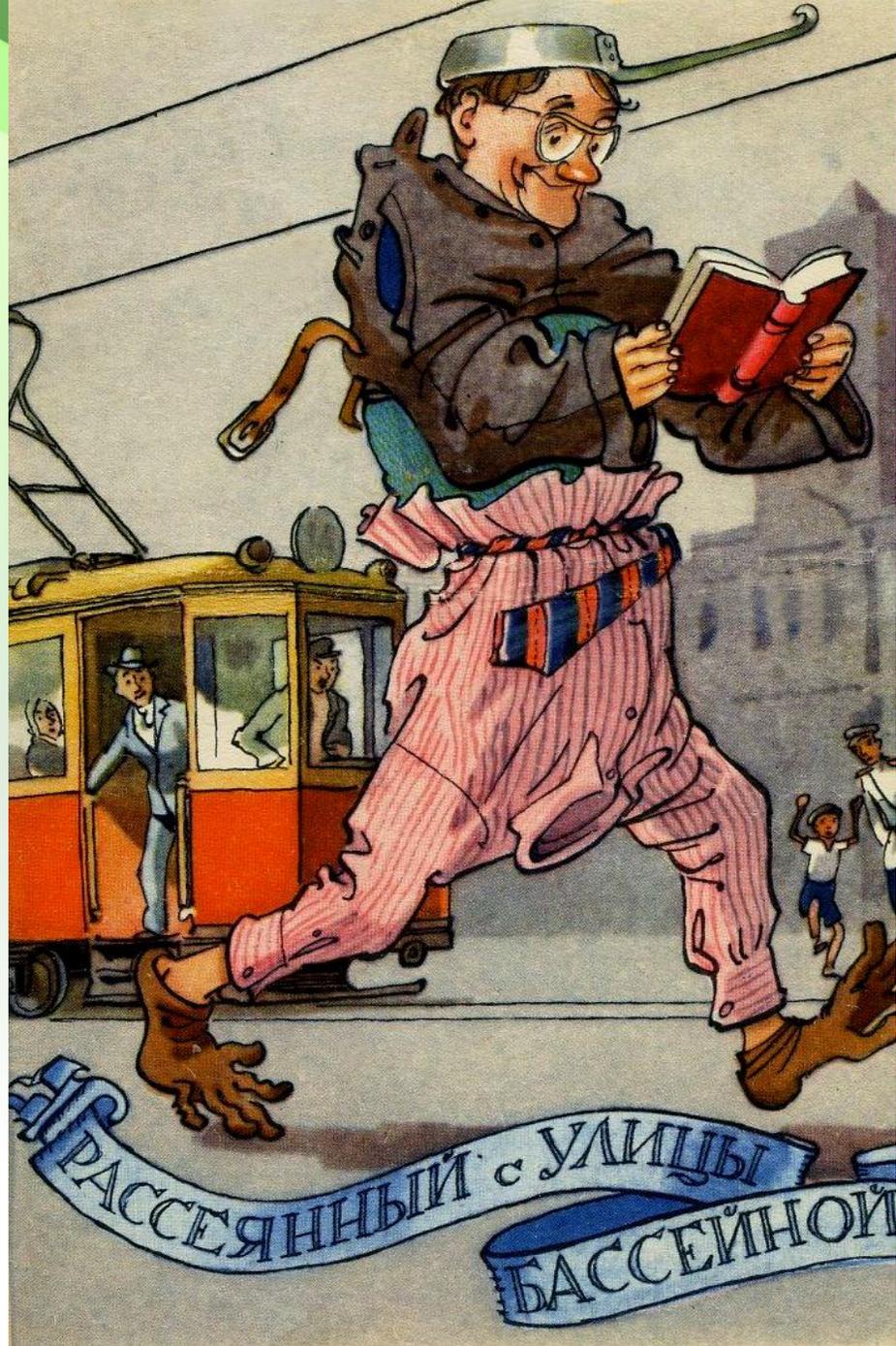
- **Сосредоточенность (концентрация) внимания** – это удержание внимания на одном объекте или одних действиях при отвлечении от всего остального.
- Сосредоточенность внимания зависит от
 - возраста
 - опыта работы
 - состояния нервной системы



- Показателем сосредоточенности, или концентрации, внимания является его *помехоустойчивость*, определяемая силой постороннего раздражителя, способного отвлечь внимание от предмета деятельности.



- Противоположным сосредоточенности является такое свойство внимания, как **рассеянность**.
- **рассеянность обыкновенная** (состояние внимания, когда оно не сосредоточивается на одном объекте, а произвольно переходит на другие) и
- **мнимую, или "профессорскую"** (проявляется в глубоком сосредоточении на чем-то одном, когда человек не замечает ничего другого).





- **Устойчивость** внимания – это длительность сосредоточения на объекте или явлении или удержание требуемой интенсивности внимания в течение длительного времени

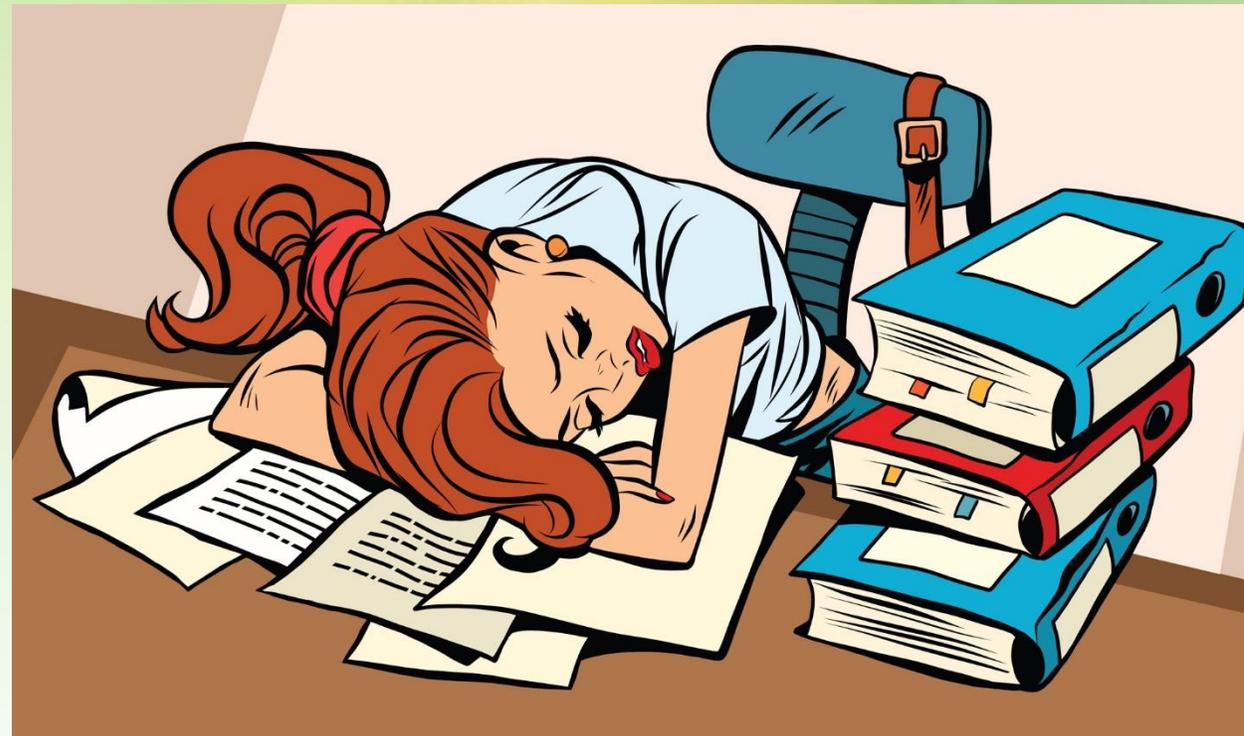


- *Устойчивость внимания определяется причинами:*
индивидуальными физиологическими особенностями организма (свойства нервной системы и общее состояние организма в данный момент времени);
 - **психическим состоянием** (возбужденностью, заторможенностью и т.д.);
 - **мотивацией** (наличием или отсутствием интереса к предмету деятельности, его значимостью для личности);
 - **внешними обстоятельствами** при осуществлении деятельности.



Устойчивость внимания
повышается при соблюдении:

- а) оптимального темпа работы
- б) оптимального объема работы
- в) разнообразия работы



- **Отвлекаемость** внимания – свойство, противоположное устойчивости.

- Внимание отвлекается всегда произвольно и чаще – при воздействии сильных посторонних раздражителей (шум в помещении, боль, резкие запахи, неожиданная смена обстановки и т. д.) и негативно сказывается на качестве деятельности.

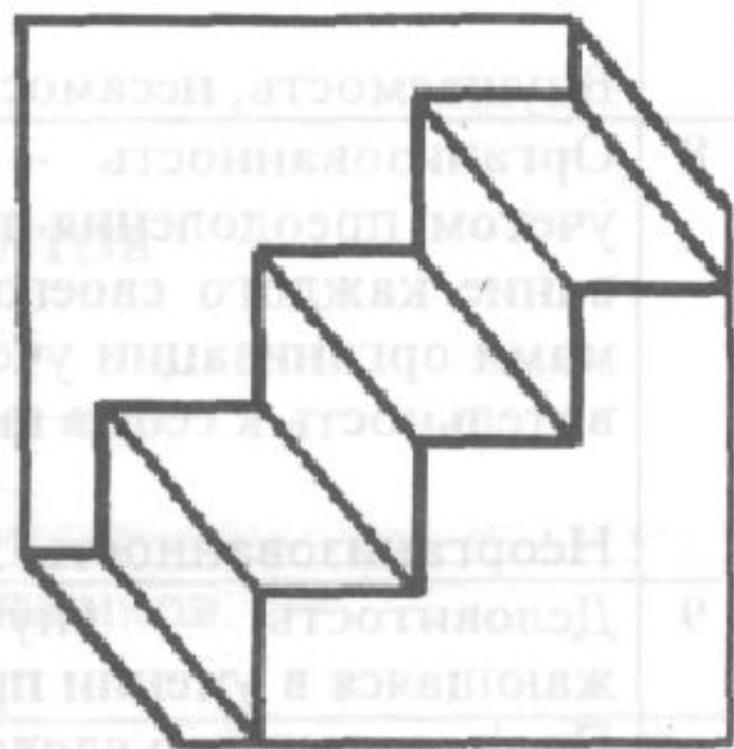
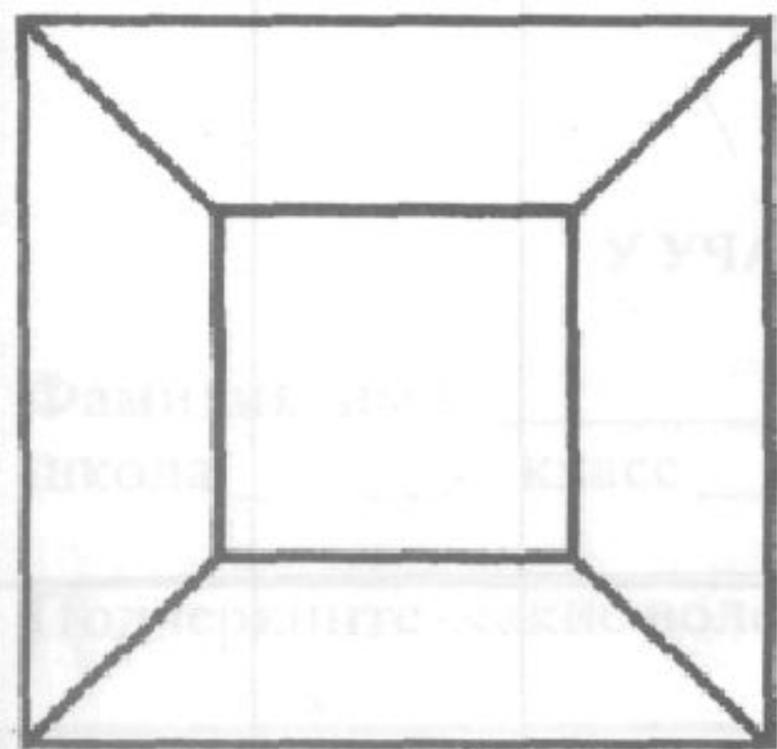




Интенсивность внимания выражается в большой сосредоточенности на данном виде работы и позволяет добиться лучшего качества совершаемых действий.



- ***Колебание*** внимания выражается в периодической *непроизвольной* смене объектов, на которые оно *обращается*



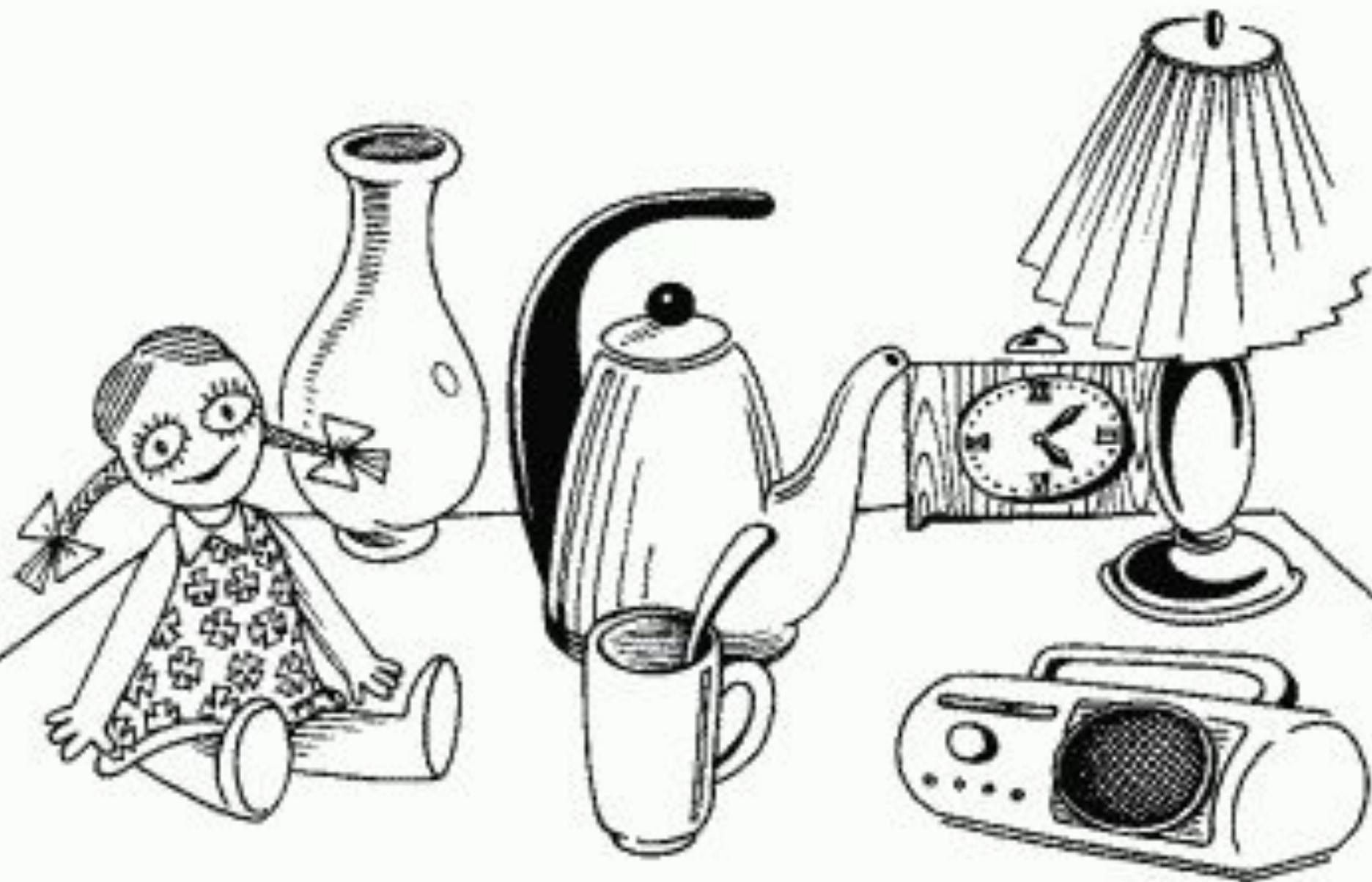


- Колебание внимания объясняется утомлением нервных центров в процессе деятельности, выполняемой с напряженным вниманием.



- **Объем внимания** – характеризуется количеством объектов или их элементов, которые могут быть одновременно восприняты с одинаковой степенью ясности и отчетливости в один момент.
- Численная характеристика среднего объема внимания составляет **5 ± 2** единиц информации у детей и **7 ± 2** – у взрослых.

2 A





- **Распределение внимания** – это возможность одновременного выполнения индивидом двух или более видов деятельности.



-Что, тоже всех сокращали?...





- **Переключаемость внимания** – это способность быстро выключаться из одних видов деятельности и включаться в новые виды деятельности, соответствующие изменившимся условиям

3. Физиология внимания.



- Физиологическую основу выделения отдельных раздражителей и течения процессов в определенном направлении составляет возбуждение одних нервных центров и торможение других.
- Воздействующий на человека раздражитель вызывает активизацию мозга. Активизация мозга осуществляется ретикулярной формацией. Раздражение восходящей части ретикулярной формации вызывает появление быстрых электрических колебаний в коре головного мозга, повышает подвижность нервных процессов, снижает пороги чувствительности. Кроме этого в активизации мозга задействованы диффузная таламическая система, гипоталамические структуры и др.



- **ориентировочный рефлекс** – врожденная реакция организма на всякое изменение окружающей среды у людей и животных.



механизмы, способные выделить какой-либо новый раздражитель из других постоянно действующих в данный момент = механизмы фильтрации

периферические и центральные



- К **периферическим механизмам** можно отнести настройку органов чувств.
- Прислушиваясь к слабому звуку, человек поворачивает голову в сторону звука, и одновременно соответствующая мышца натягивает барабанную перепонку, повышая ее чувствительность.



- По мнению **Д.Е. Бродбента**, (теория фильтрации) внимание – это фильтр, отбирающий информацию именно на входах, т.е. на периферии. Он установил, что если человеку подавали разную информацию одновременно в оба уха, но, согласно инструкции, он должен был воспринимать ее лишь левым, то подававшаяся при этом в правое ухо информация полностью игнорировалась.
- В дальнейшем было установлено, что периферические механизмы отбирают информацию по физическим характеристикам.



- **У. Найссер** назвал эти механизмы **предвниманием**, связывая их с относительно грубой обработкой информации (выделение фигуры из фона, слежение за внезапными изменениями во внешнем поле).

Теория доминанты

- В соответствии с теорией **А.А. Ухтомского**, физиологической основой внимания является доминантный очаг возбуждения в коре головного мозга, усиливающийся под воздействием посторонних раздражителей и вызывающий торможение соседних областей.

