



Тема 9: Понятие внимания



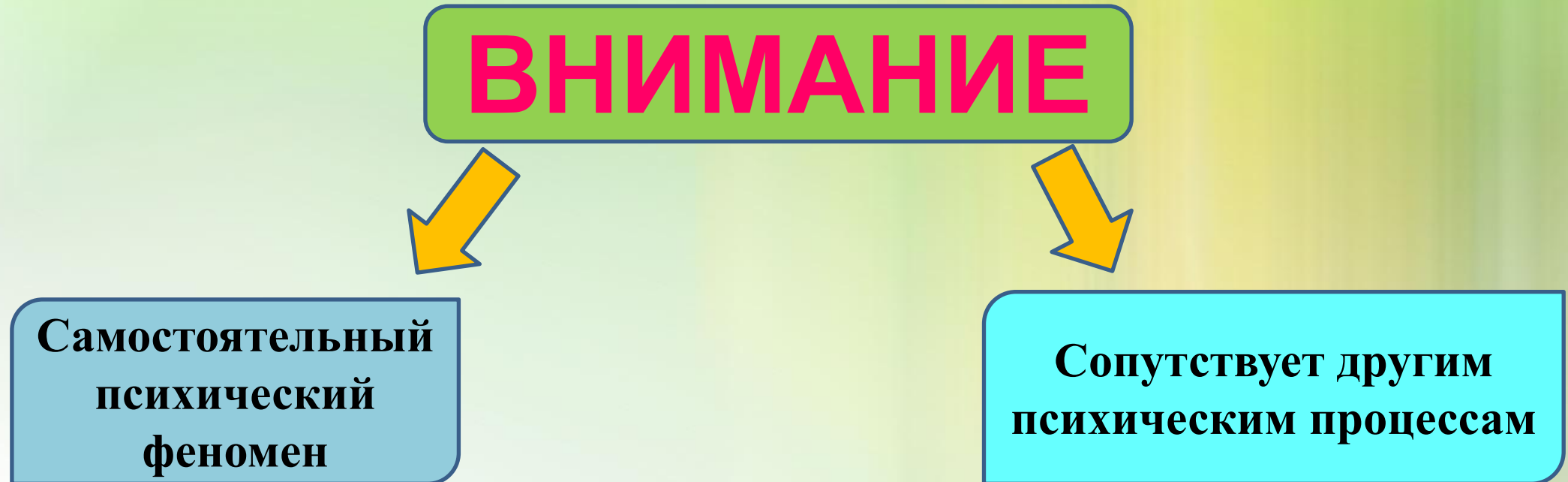
• ***Вопросы для изучения:***

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.



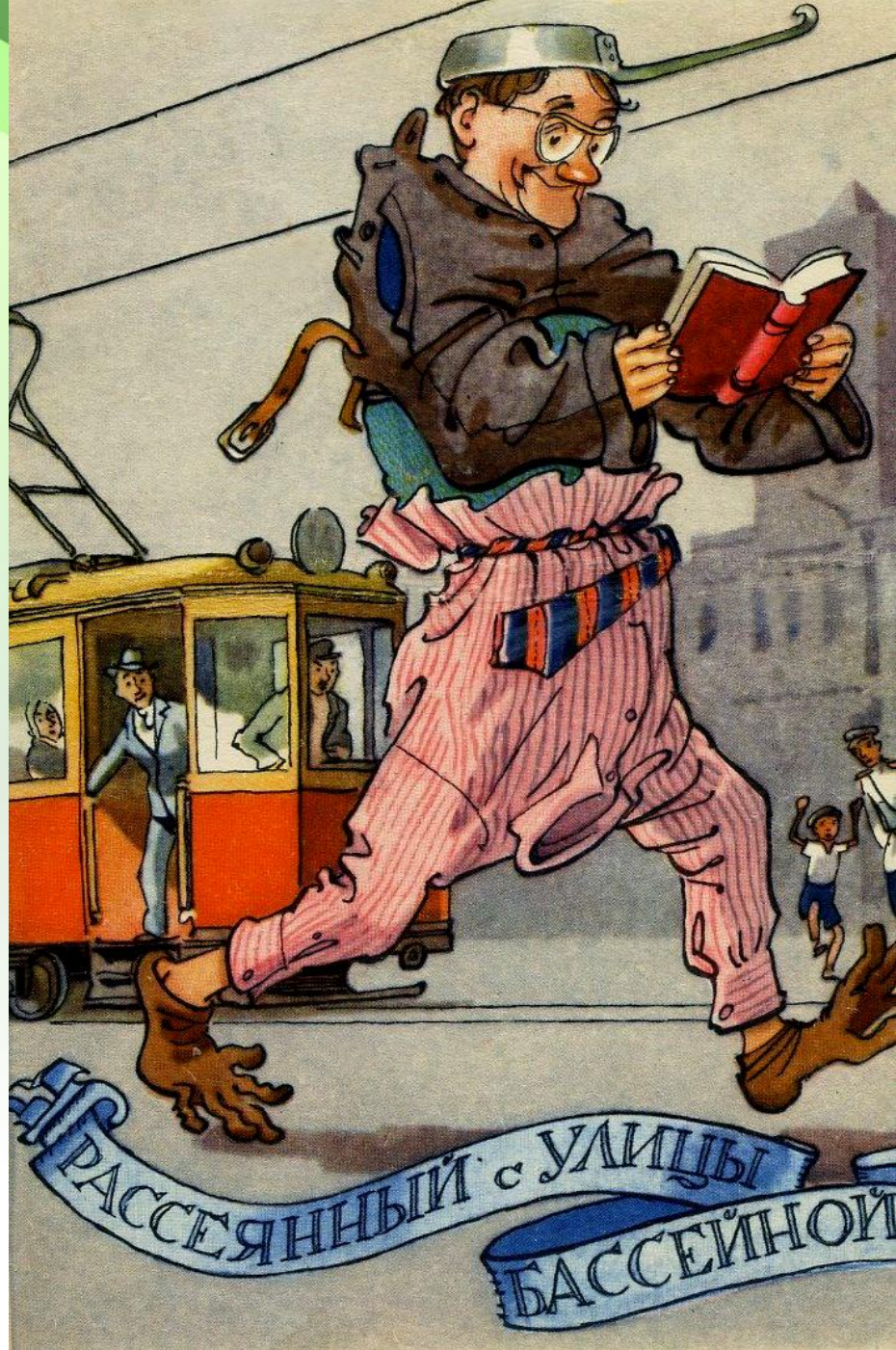
- **Сосредоточенность (концентрация) внимания** – это удержание внимания на одном объекте или одних действиях при отвлечении от всего остального.
- Сосредоточенность внимания зависит от
 - возраста
 - опыта работы
 - состояния нервной системы



- 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.

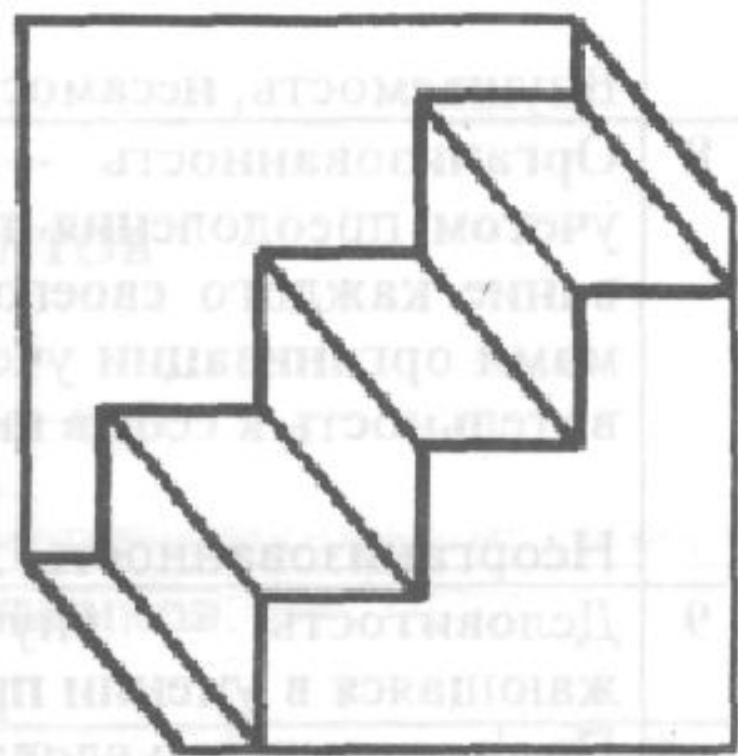
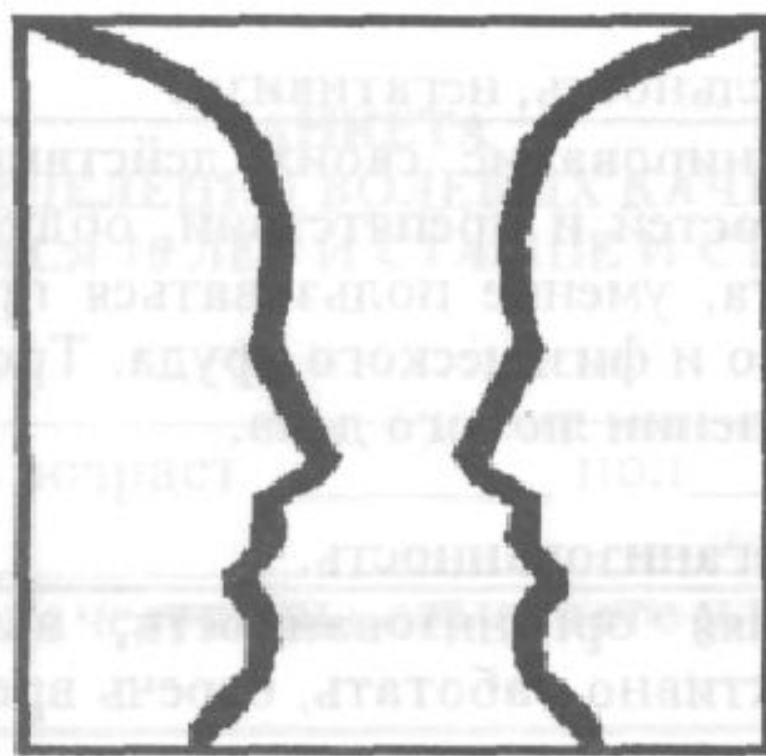
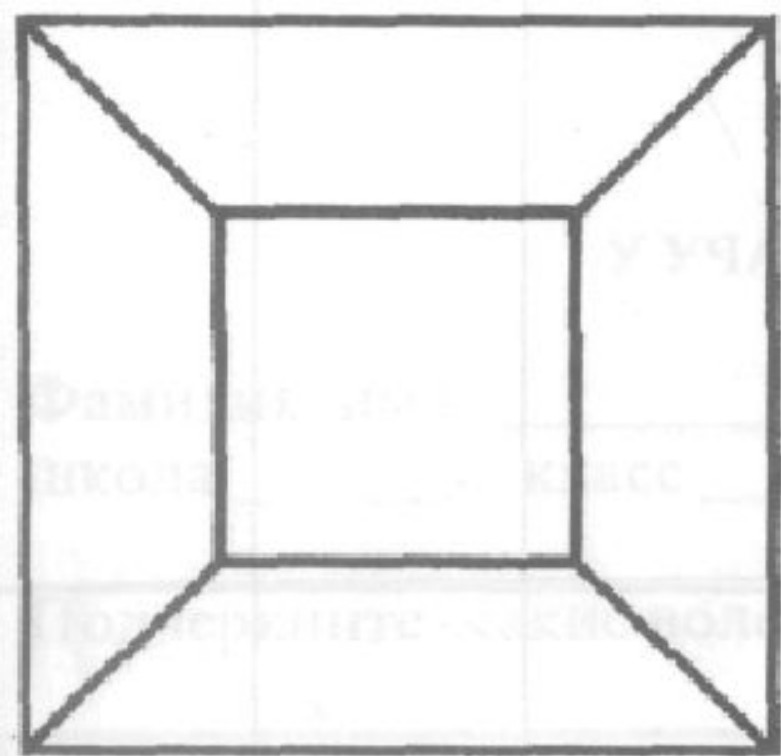




Интенсивность внимания выражается в большой сосредоточенности на данном виде работы и позволяет добиться лучшего качества совершаемых действий.



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



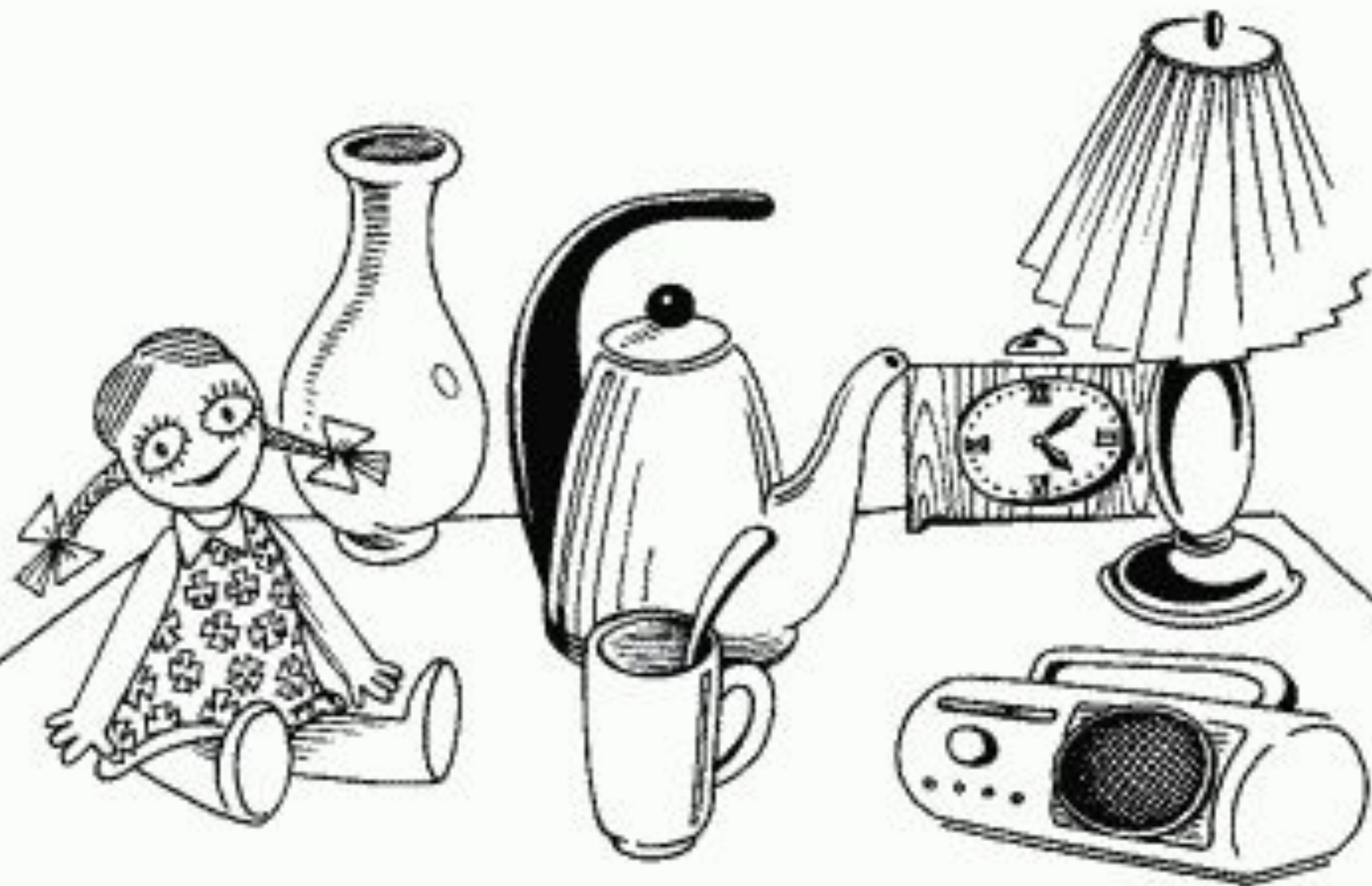


- Колебание внимания объясняется утомлением нервных центров в процессе деятельности, выполняемой с напряженным вниманием.



- **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.

