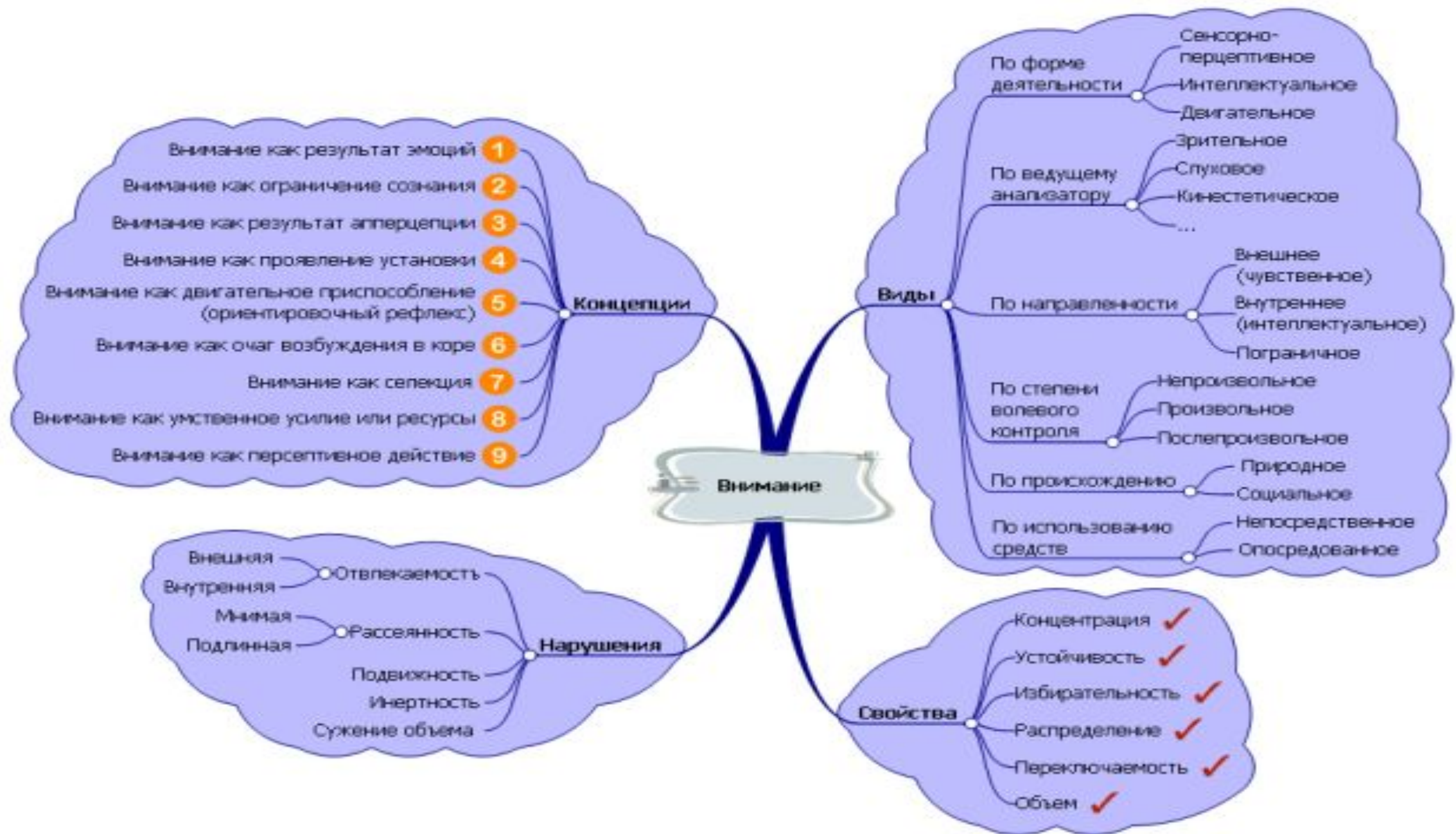


Внимание - это направленность и сосредоточенность нашего сознания на определенном объекте.



Виды внимания

Непроизвольное внимание — более низкая форма внимания, которое возникает в результате воздействия раздражителя на какой-либо из анализаторов.

Произвольное внимание - направляется на объект под влиянием нашего намерения и поставленной цели.

Послепроизвольное внимание – обусловлено интересами человека, а также характеризуется целенаправленностью и отсутствием необходимости в волевых усилиях.

Свойства внимания:

- **Сосредоточенность (концентрация) внимания** – удержание внимания на объекте при отвлечении от всего остального.
- **Колебания внимания** – периодические кратковременные произвольные ослабление и усиление сосредоточенности.
- **Глубина внимания** – степень концентрации на рассматриваемом объекте.
- **Распределение внимания** – одновременное восприятие нескольких объектов.
- **Объем внимания** – количество объектов, которые одновременно охватываются вниманием, находясь в фокусе сознания. Объем внимания совпадает с объемом кратковременной памяти. В среднем объем внимания взрослого человека равен числу 7 ± 2 объекта.
- **Переключаемость внимания** – перемещение внимания с одного объекта на другой.
- **Устойчивость внимания** – временная продолжительность сосредоточения на объекте или явлении.
- **Избирательность внимания** – способность настройки на сознательное восприятие информации при наличии шумов.

Виды нарушений внимания:

- **отвлекаемость внимания** (внешняя, внутренняя) – непроизвольное перемещение внимания с одного объекта на другой;
- **рассеянность внимания** – нарушение способности длительное время концентрировать внимание на объекте (подлинная рассеянность – неспособность к сосредоточению, мнимая рассеянность – чрезмерная концентрация внимания);
- **подвижность внимания** – постоянное переключение внимания с одного объекта на другой, приводящее к снижению эффективности деятельности;
- **инертность внимания** – малая подвижность внимания;
- **сужение внимания** – слишком маленький объем внимания (2-3 единицы).

Память - это запоминание, сохранение и последующее воспроизведение того, что мы раньше воспринимали, переживали или делали.



Основные мнемические процессы:

Запоминание (кодирование) – процесс запечатления сенсорных следов информации в системе ассоциаций. Процесс запоминания может протекать как мгновенное запечатление — **импринтинг**.

Хранение – процесс удержания и переработки закодированной информации.

Воспроизведение – процесс извлечения информации, хранящейся в памяти.

Забывание – активный процесс, заключающийся в потере доступа к запомненной информации, в невозможности воспроизвести или узнать то, что было усвоено.

Характеристики памяти:

- **Длительность** – время, в течение которого необходимая информация удерживается в памяти.
- **Объем** – количество элементов, одновременно удерживаемых в памяти (объем кратковременной памяти ограничен 7 ± 2 элементами; объем и длительность хранения в долговременной памяти практически неограниченны).
- **Точность воспроизведения** – степень соответствия между принятой информацией и воспроизведенной по памяти (в процентах).
- **Быстрота воспроизведения** – скорость извлечения из памяти необходимой информации.
- **Скорость запоминания** – быстрота запечатления информации в единицу времени, зависящая от количества повторений.
- **Скорость забывания** – быстрота исчезновения информации (элементов объема памяти) из памяти в единицу времени.

- **Мнемотехники** – система приемов, позволяющих повысить эффективность запоминания информации: увеличить объем информации, запоминаемой после однократного предъявления, а также скорость, *точность* и быстроту запоминания.
- Приемы улучшения процесса запоминания информации:
- управление произвольным и слепопроизвольным вниманием;
- структурирование информации различными методами (ранжирование, сортировка, классификация и др.)
- рациональное повторение;
- использование семантических приемов;
- целенаправленное воображение.

Нарушения (аномалии) памяти:

- **гипомнезия** – ослабление памяти;
- **парамнезия** – ложные узнавания незнакомых объектов ("дежавю");
- **амнезия** – отсутствие или значительное снижение памяти;
- **гипермнезия** – резкое усиление мнемических процессов запоминания, хранения и воспроизведения.

Задание 1

Какие свойства внимания проявляются в следующих ситуациях:

- а) Гроссмейстер ведет одновременную игру с несколькими опытными шахматистами
- б) Выпускник усиленно готовится к экзамену по геометрии
- в) Читая рассказы Л.Н.Толстого, школьница слышит громкую музыку, доносящуюся из окна
- г) Ученикам нужно прослушать небольшой рассказ и назвать встретившиеся в нем прилагательные
- д) Рабочую тишину в классе нарушают звуки сигнализации припаркованной во дворе школы машины
- е) Получив новые учебники, дети стали с интересом их рассматривать, не обращая внимания на речь учителя
- ж) Испытуемые по команде психолога в течение пяти минут должны находить в тексте и максимально быстро подчеркивать буквы «к» и «а»
- и) Перед объяснением нового материала учитель предупреждает учащихся о том, что тема очень сложная
- л) Секретарь набирает на компьютере текст приказа под диктовку начальника

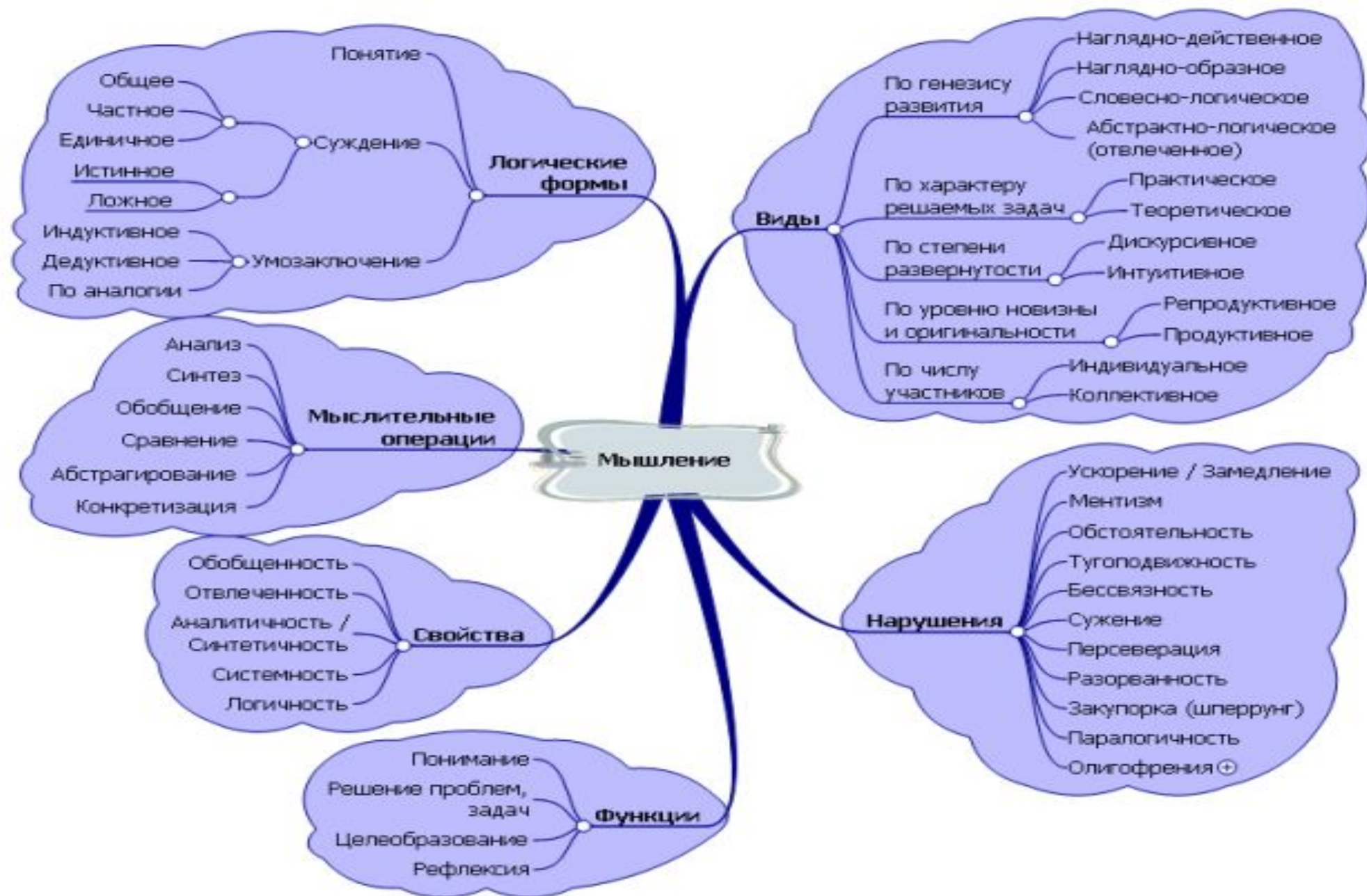
Задание 2

Опишите способы привлечения внимания, которые вы используете в профессиональной деятельности.

- **Мышление** — это высшая форма отражательной деятельности, позволяющая понять сущность предметов и явлений, их взаимосвязь, закономерность развития.

Основные формы (критерии) мышления:

1. Понятие — отображенное в мышлении единство существенных свойств, связей и отношений предметов или явлений; мысль или система мыслей, выделяющая и обобщающая предметы некоторого класса по определённым общим и в совокупности специфическим для них признакам;
2. Суждение — форма мышления, в которой что-либо утверждается или отрицается о предмете, его свойствах или отношениях между предметами. Виды суждений и отношения между ними изучаются в философской логике;
3. Умозаключение — вывод.



Задание 4

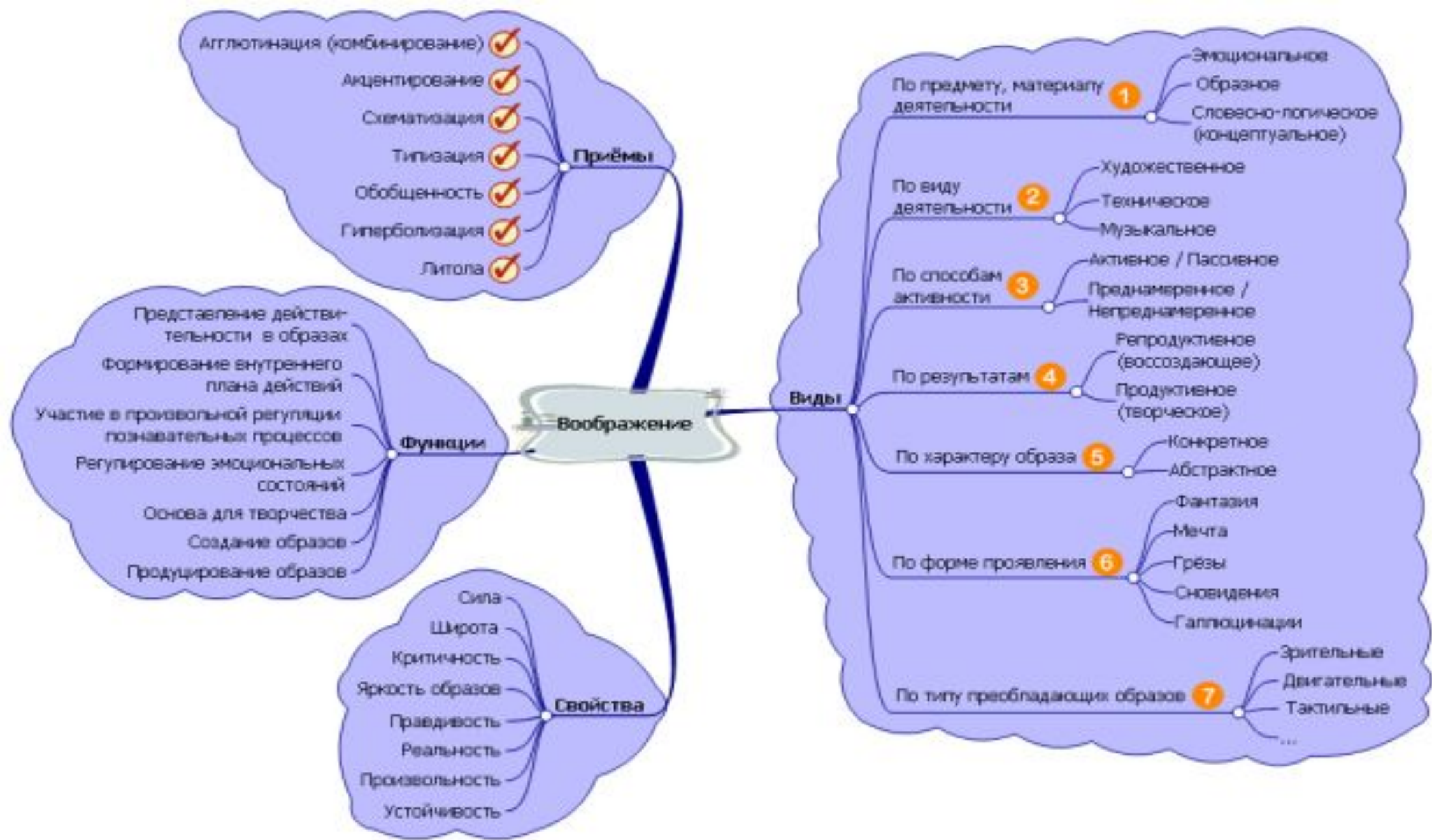
- Приведите примеры ситуаций и учебных заданий, в которых актуализируются мыслительные операции (анализ, синтез, сравнение, классификация, обобщение, конкретизация).

Творчество (англ. creativity, от лат. creare – создавать) – вид когнитивной деятельности, приводящий к новому видению задачи и неограниченным прагматическим результатам, заключающимся в создании нового и ценного продукта.

Фазы творческого процесса (по Г. Уоллес):

- подготовительная фаза – формулируется задача, используются общие знания;
- инкубационная фаза – прямые попытки решения задачи не предпринимаются, а мысль направляется на что-нибудь другое;
- фаза просветления – достигается понимание;
- фазы проверки – испытываются результаты инсайта.

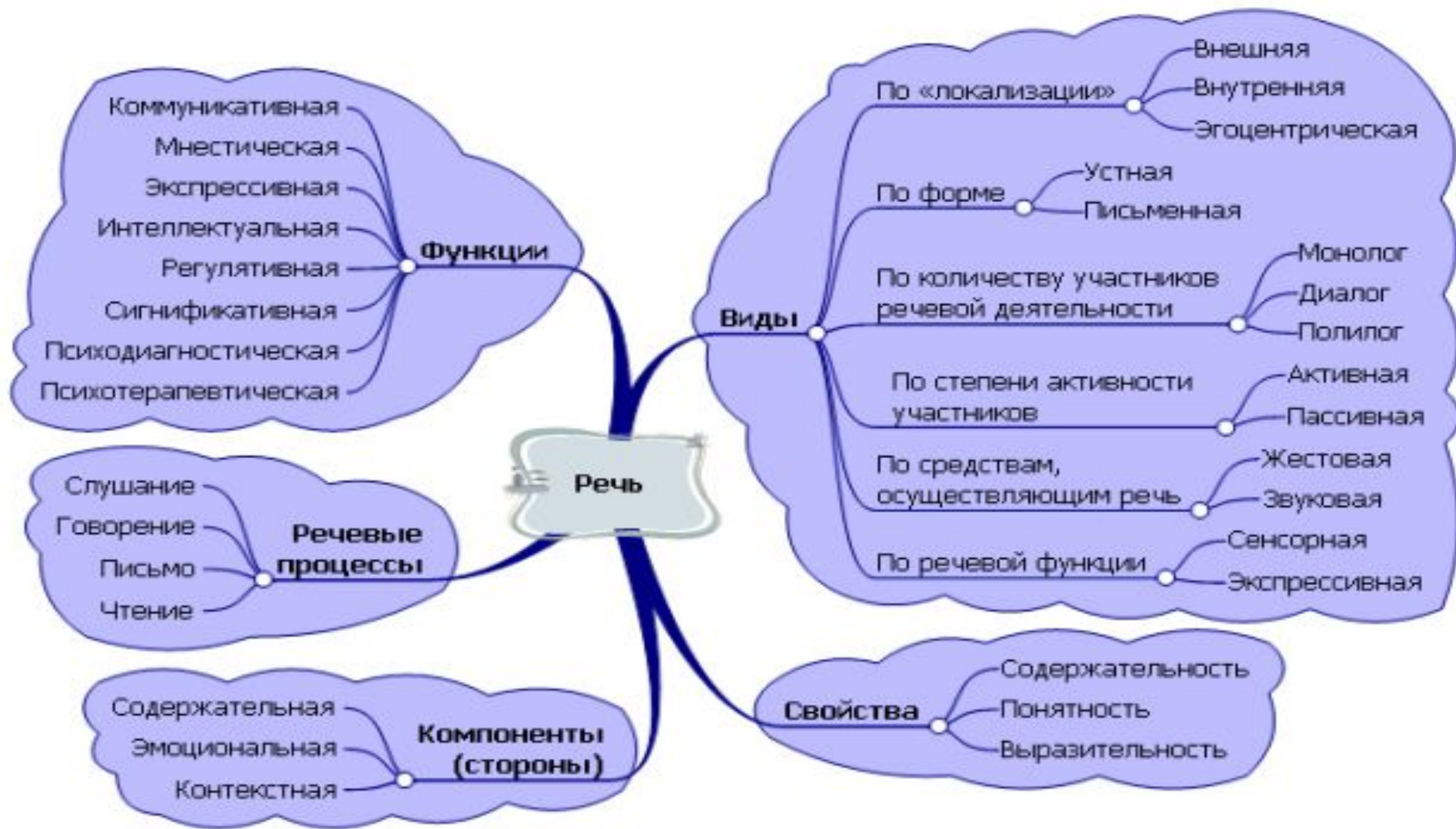
Воображение — это отражение будущего, создание нового образа на основе прошлого опыта.



Виды воображения:

- **активное** – образы сознательно формируются и трансформируются в соответствии с поставленными целями; при этом сам процесс воображения контролируется;
- **пассивное** – образы спонтанно продуцируются, неожиданно изменяются и исчезают; волевой контроль над процессом отсутствует;
- **преднамеренное (произвольное)** – человек сознательно ставит цель создать образ;
- **непреднамеренное (непроизвольное)** – человек не "имеет намерения", сознательно не ставит перед собой цели (проявляется в сновидениях, медитативных образах).
- **продуктивное (творческое)** – создание новых оригинальных образов, для которых отсутствуют аналоги;
- **репродуктивное (воссоздающее)** – воссоздание образов реальных объектов по имеющейся о них информации

Общение (англ. *communication*, от лат. *communis* – участвовать, разделять) – *деятельность по* передаче информации через обмен мыслями, сообщениями или информацией посредством устной / письменной речи, графических образов, сигналов или поведения.



Функции речи:

- **коммуникативная** – интегральная, обобщающая функция речи в передаче информации между людьми;
- **мнемическая** – с помощью речи информация переводится в кратковременную и долговременную память;
- **интеллектуальная** – речь является средством мышления;
- **регулятивная** – речь участвует в регуляции психических процессов, поведения и деятельности;
- **экспрессивная** – речь отражает отношение человека к событиям действительности, выражает оценку этих событий и собственное эмоциональное состояние;
- **психодиагностическая** – особенности речи позволяют оценивать психические состояния, свойства и процессы человека;
- **психотерапевтическая** – речь может использоваться как инструмент психологического влияния и самовлияния.

Афазия (от древнегреч. безмолвие) – "нарушение речи, возникающее при локальных поражениях коры головного мозга доминантного полушария; системное расстройство различных видов речевой деятельности"

Виды афазий:

- динамическая – нарушение связности активной речи при относительной сохранности повторной и автоматизированной речи;
- сенсорная – утрата фонематического слуха, то есть способности различения звукового состава слов; проявляется в затруднении понимания устной речи и письма под диктовку;
- семантическая – трудность находить слово и понимать семантические отношения между словами;
- эфферентная моторная – разрушение структуры высказывания при сохранности отдельных слов;
- и другие.