



# ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ВНИМАНИЯ

# Понятие внимания

- Внимание – это направленность психики и сосредоточенность психической деятельности на объекте, имеющем для человека определенную значимость.
- Внимание – это процесс сознательного или бессознательного отбора одной информации, поступающей через органы чувств, и игнорирование другой.

# Физиологические механизмы внимания

## Закон индукции

В коре больших полушарий в каждый момент времени возникают очаги возбуждения и торможения.

Возникающий очаг возбуждения тормозит близлежащие очаги. В результате возникает сосредоточенность внимания.

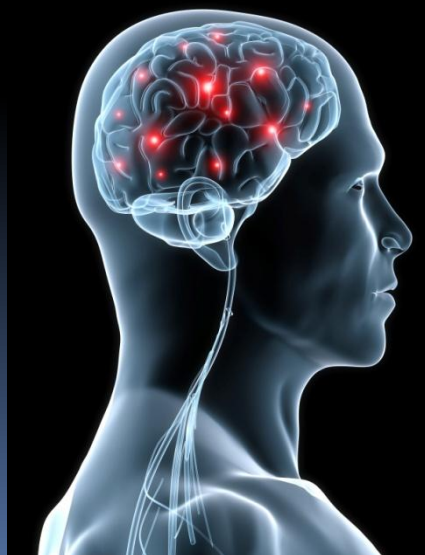


**Павлов Иван  
Петрович**  
(26 сентября  
1849г - 27  
февраля 1936г)

# Физиологические механизмы внимания

## Закон индукции

«Если бы можно было видеть сквозь черепную крышку и если бы место больших полушарий с оптимальной возбудимостью светилось, то мы увидали бы на думающем сознательном человеке, как по его большим полушариям передвигается постоянно изменяющееся в форме и величине причудливо неправильных очертаний светлое пятно, окруженное на всем остальном пространстве полушарий более или менее значительной тенью».



# Физиологические механизмы внимания

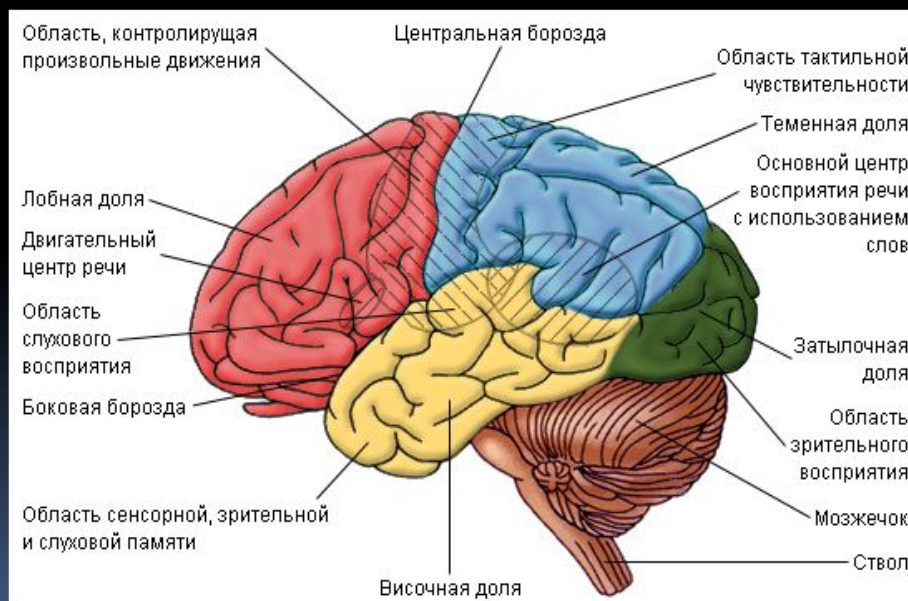
Рекомендации физиологов

- Слабые побочные раздражители (стук метронома, тиканье настенных часов и др.) не снижают эффективности работы, а улучшают ее.
- Легкий шум, который доносится в комнату, шорохи листьев и другие слабые звуки не только не разрушают внимания, но иногда даже способствуют усилению его.
- Не способствуют улучшению внимания сильные раздражители или раздражители, вызывающие значительный интерес у человека (например, радио, телевизор, музыка).

# Физиологические механизмы внимания

## Принцип доминанты

В нервной системе под влиянием каких-либо причин возникает очаг возбуждения, который на некоторое время подчиняет себе остальные участки.



# Основные свойства внимания

- КОНЦЕНТРАЦИЯ  
(СОСРЕДОТОЧЕННОСТЬ)
- УСТОЙЧИВОСТЬ
- ПЕРЕКЛЮЧАЕМОСТЬ
- КОЛЕБАНИЕ
- РАСПРЕДЕЛЕНИЕ
- ОБЪЕМ

# Концентрация внимания

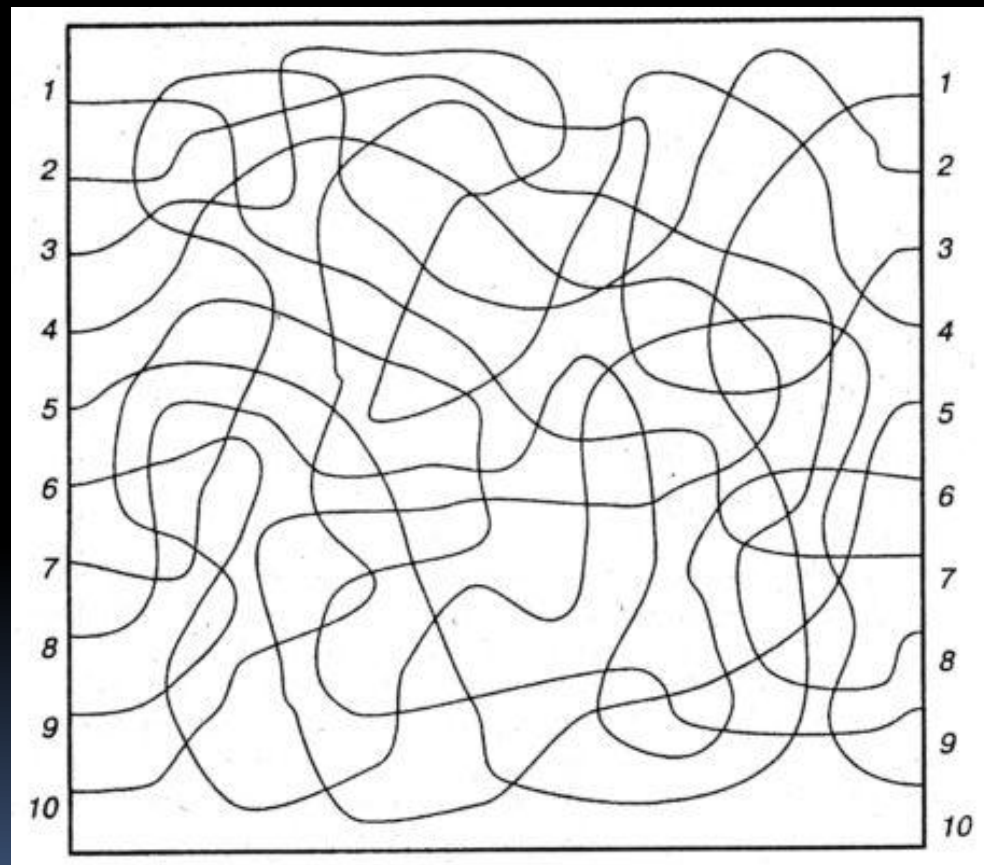
- Концентрация внимания (сосредоточенность) — выделение сознанием объекта и направление на него внимания.





# Устойчивость внимания

- Устойчивость внимания — способность в течение длительного времени сохранять состояние внимания на объекте, не отвлекаясь и не ослабляя внимания.



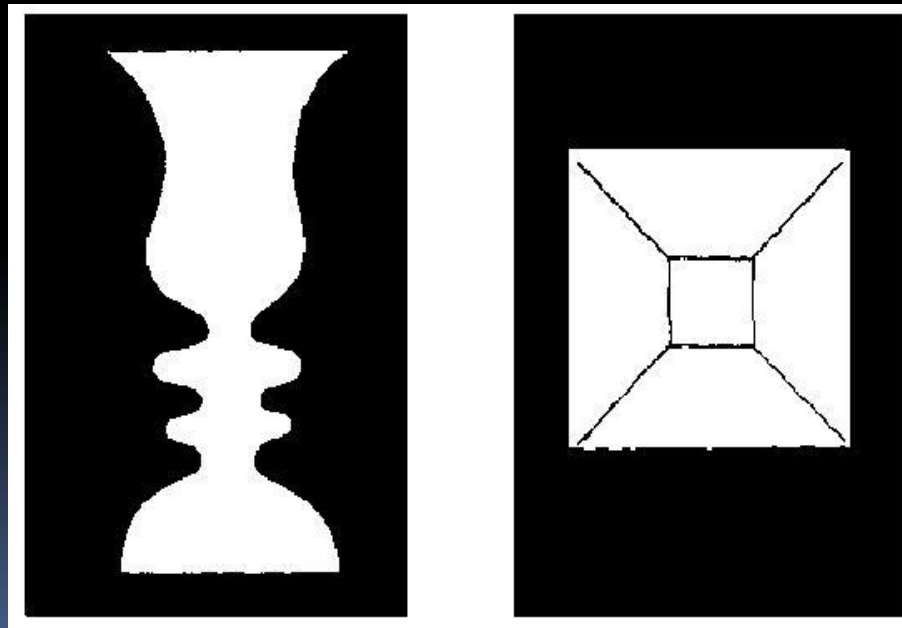
# *Интенсивность внимания*



- Интенсивное
- сорокаминутное внимание может сохраняться произвольно без заметного ослабления и произвольных переключений, хотя это и довольно утомительно. В дальнейшем интенсивность внимания снижается тем быстрее, чем менее натренирован человек и чем менее устойчиво его внимание.


# Колебание внимания

Переход внимания с одного объекта на другой вследствие утомляемости нервных процессов





# Объем внимания

- Объем внимания — это количество объектов, которое человек может строго одновременно осознать при восприятии в связи с какой-нибудь одной задачей.
- 

# Распределение внимания

- Распределение — это способность одновременно выполнять несколько действий.
- Зависит от индивидуальных особенностей личности и от профессиональных навыков.



# Переключение внимания

- Перевод внимания с одного объекта на другой, с одного вида деятельности на иной.



# *Распределение и переключение внимания*

- Физиологический механизм распределения внимания связан с тем, что привычные действия, не вызывающие затруднений вследствие уже выработанных прочных систем временных связей, могут управляться участками коры, находящимися вне очага оптимального возбуждения.

# Переключение внимания

- Переключение — это сознательный перенос внимания с одного объекта на другой. Непроизвольное переключение внимания называется отвлечением внимания.





# *Рассеянность и внимательность*

- При рассеянности сознание человека не имеет определенной направленности, а переходит с одного предмета на другой, т. е. рассеивается.





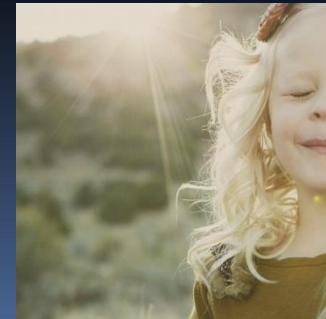
■ **Виды**

**ВНИМАНИЯ:**



# Сенсорное внимание

- Сенсорное внимание возникает при действии объектов на органы чувств. Оно обеспечивает четкое отражение предметов и их свойств в ощущениях и в восприятиях человека. Благодаря сенсорному вниманию возникающие в сознании образы предметов являются ясными и отчетливыми.



# Моторное внимание



- Моторное внимание направлено на движения и действия, совершаемые человеком. Оно дает возможность более четко и ясно осознавать приемы и способы, применяемые в практической деятельности. Моторное внимание регулирует и контролирует движения и действия, направленные на предмет, особенно в тех случаях, когда они должны быть особенно четкими и точными.

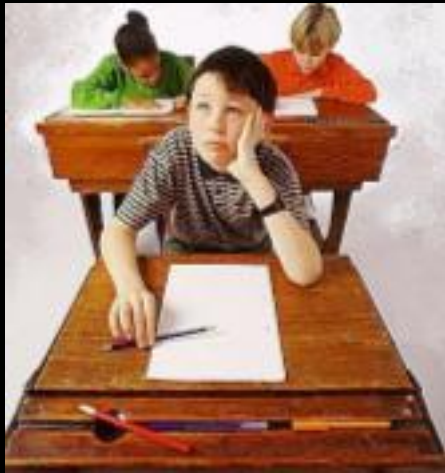
# Непроизвольное внимание

Такое внимание, для возникновения которого не требуется специальных волевых усилий.

Возникает под влиянием двух факторов:



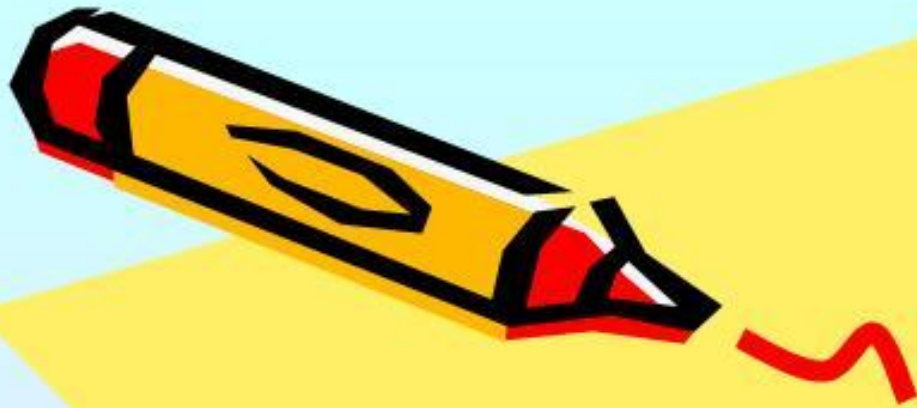
1. Внешние (особенности предметов и явлений, интенсивные раздражители)
2. Внутренние (отношение личности к тем или иным фактам, предметам или явлениям)



# Произвольное внимание

Связано с сознательно поставленной целью и волевым усилием.

- Произвольное внимание
- возникает при наличии у субъекта цели или задачи быть внимательным к какому-либо внешнему предмету или к внутреннему умственному действию. Оно в основном направлено на регулирование внешних сенсорных и моторных действий и внутренних познавательных процессов.



СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ =)

