

# ВНИМАНИЕ

Лекция

Разработана доцентом кафедры  
социологии и психологии ХНУВС  
Егоровой Элеонорой Николаевной

# Основные вопросы:

1. Общая характеристика внимания. Его функции.
2. Основные подходы к пониманию природы внимания.
3. Отношение к феномену внимания в современной психологии.
4. Основные теории внимания.
5. Основные виды внимания. Их характеристика.
6. Физиологические основы внимания.
7. Основные свойства внимания. Их характеристика.
8. Нарушения внимания.
9. Развитие внимания в онтогенезе.



1. Общая характеристика внимания. Его функции.

- ❑ Внимание — это направленность и сосредоточенность сознания на каком-либо реальном или идеальном объекте, предполагающие повышение уровня сенсорной, интеллектуальной или двигательной активности индивида.
- ❑ Внимание не дает нам самостоятельного продукта познавательного аспекта, оно проявляется в сенсорных, мнемических, мыслительных и двигательных процессах, определяя динамику их протекания.
- ❑ Внимание – очень важный психический процесс, который является условием успешного осуществления любой деятельности человека как внешней, так и внутренней, а его продуктом – ее качественное выполнение.

Нельзя быть внимательным вообще, внимание всегда проявляется в определенных, конкретных психических процессах: мы всматриваемся, вслушиваемся, принимаем задачу, пишем сочинения, т.е. когда повышена активность познавательной деятельности в процессе познания или отражения объективной реальности. Внимание – это в первую очередь динамическая характеристика протекания познавательной деятельности, оно выражает преимущественную связь психической деятельности с определенным объектом, на котором она как в фокусе сосредоточена.

Внимание – это избирательная направленность на тот или иной объект и сосредоточенность на нем, углубленность в направленную на объект познавательную деятельность. Под направленностью следует понимать, прежде всего, избирательный характер психической деятельности, преднамеренный или непреднамеренный выбор ее объектов. В понятие направленности включается также и сохранение деятельности на известный промежуток времени.

Недостаточно только выбрать ту или иную деятельность, чтобы быть внимательным, надо удержать этот выбор, сохранить его. Когда мы говорим о внимании, то подразумеваем также **сосредоточенность**, углубленность в деятельность. Чем труднее стоящая перед человеком задача, тем, очевидно, напряженнее, интенсивнее, углубленнее будет его внимание, и, наоборот, чем легче задача, тем менее углубленным будет его внимание. В то же время сосредоточенность связана с **отвлечением от всего постороннего**. Чем больше мы сосредоточены на решении данной задачи, тем меньше замечаем все окружающее. Таким образом, при внимательном отношении к какому либо предмету он (предмет) оказывается в центре нашего сознания, все остальное в этот момент воспринимается слабо, оказывается, образно говоря, на периферии воспринимаемого. Благодаря этому **отражение становится ясным, отчетливым**, представления и мысли **удерживаются в сознании до тех пор, пока не завершится деятельность, пока не будет достигнута цель**. Тем самым внимание обеспечивает еще **функцию – контроль и регуляцию деятельности**.

# Основные функции внимания

- Функция отбора
  - Отбор значимых, релевантных, т.е. соответствующих потребностям, соответствующих данной деятельности, воздействий и игнорирование (торможение, устранение) несущественных, побочных, конкурирующих воздействий.
- Функция удержания
  - при внимательном отношении к какому-либо предмету он (этот предмет) оказывается в центре нашего сознания, все остальное воспринимается в этот момент слабо, оказывается, образно говоря, на периферии воспринимаемого, благодаря этому отражение становится ясным, отчетливым.
- Функция регуляции и контроля
  - Сохранения данной деятельности (сохранение в сознании образов, определенного предметного содержания) до тех пор, пока не завершится акт поведения, познавательная деятельности, пока не будет достигнута цель

- Внимание – это направленность на объект и сосредоточенность на нем так, что он становится отчетливым и выпуклым в поле сознания. Направленность отражает привлечение внимания, сосредоточенность – его поддержание, а результат свидетельствует о том, что внимание – обязательное условие результативности любой деятельности, будь то восприятие реальных предметов и явлений, выработка двигательного навыка или операции с числами, словами, образами, совершаемые в уме.

Внимание – важная сторона **познавательной деятельности.**

«Внимание, – писал **К.Д. Ушинский**, – есть та дверь, которую не может миновать ни одно слово ученья, иначе оно не попадет в душу ребенка».

Все процессы познания, будь то восприятие или мышление, направлены на тот или иной объект, который в них отражается: мы воспринимаем что-то, думаем о чем-то, что-то себе представляем или воображаем. Вместе с тем воспринимает не восприятие само по себе, и мыслит не сама по себе мысль; воспринимает и мыслит человек — воспринимающая и мыслящая личность. Поэтому в каждом из этих процессов всегда имеется какое-то отношение личности к миру, субъекта к объекту, сознания к предмету. Это отношение находит себе выражение во внимании. **Именно через внимание человек выражается как субъект познавательной деятельности.**



Константин Дмитриевич Ушинский (1824—1870) - знаменитый русский педагог.

Ощущение и восприятие, память, мышление, воображение — каждый из этих процессов имеет свое специфическое содержание; каждый процесс есть единство образа и деятельности: восприятие — единство процесса восприятия — воспринимания — и восприятия как образа предмета и явления действительности; мышление — единство мышления как деятельности и мысли, как содержания — понятия, общего представления, суждения.

***Внимание своего особого содержания не имеет;*** оно проявляется внутри восприятия, мышления. Оно — сторона всех познавательных процессов сознания, и притом та их сторона, в которой они выступают как деятельность, направленная на объект.

Мы внимательны, когда мы не только слышим, но и слушаем или даже прислушиваемся, не только видим, но и смотрим или даже всматриваемся, т. е. когда подчеркнута или повышена активность нашей познавательной деятельности в процессе познания или отражения объективной реальности. ***Внимание — это в первую очередь динамическая характеристика протекания познавательной деятельности:*** оно выражает преимущественную связь психической деятельности с определенным объектом, на котором она как в фокусе сосредоточена. Внимание — это избирательная направленность на тот или иной объект и сосредоточенность на нем, углубленность в направленную на объект познавательную деятельность.

За вниманием всегда стоят **интересы и потребности, установки и направленность личности**. Они вызывают изменение отношения к объекту. Внимание выражает взаимоотношение сознания или психической деятельности индивида и объекта. Поэтому наблюдается и известная двусторонность данного процесса: с одной стороны, внимание направляется на объект, с другой — объект привлекает внимание. Причины внимания к этому, а не другому объекту не только в субъекте, они и в объекте, и даже прежде всего в нем, в его свойствах и качествах; но они не в объекте самом по себе, так же как они тем более не в субъекте самом по себе, — они в объекте, взятом в его отношении к субъекту, и в субъекте, взятом в его отношении к объекту.

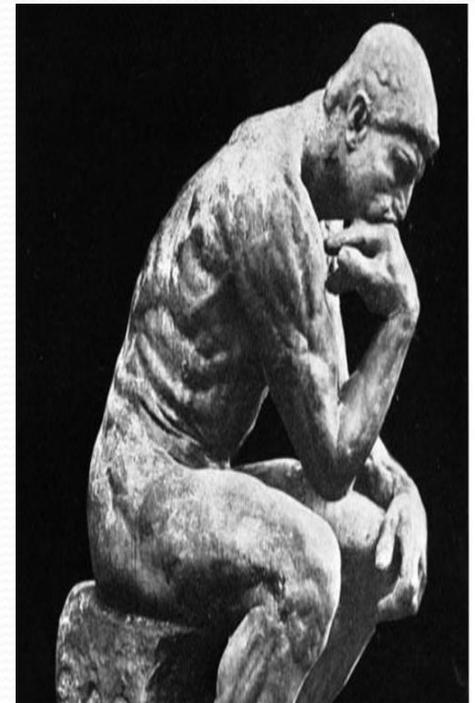
Говорить о внимании, его наличии или отсутствии можно только применительно к какой-нибудь деятельности — практической или теоретической. Человек внимателен, когда направленность его мыслей регулируется направленностью его деятельности, и оба направления таким образом совпадают.

Это положение оправдывается в самых различных областях деятельности. На сценическом опыте это правильно подметил **Станиславский**. «Внимание к объекту, — пишет он, — вызывает естественную потребность что-то сделать с ним. Действие же еще больше сосредоточивает внимание на объекте. Таким образом, внимание, сливаясь с действием и взаимопереплетаясь, создает крепкую связь с объектом».



Станиславский  
Константин  
Сергеевич  
(1863-1938)

Внимание обычно выражено в мимике, позе, движениях. Внимательного слушателя легко отличить от невнимательного. Но иногда внимание направлено не на окружающие объекты, а на мысли и образы, находящиеся в сознании человека. В данном случае говорят об **интеллектуальном внимании**, которое несколько отличается от внимания внешнего. Следует отметить также, что в некоторых случаях, когда человек проявляет повышенную сосредоточенность на физических действиях, имеет смысл говорить о **моторном внимании**. Все это говорит о том, что внимание не имеет своего собственного познавательного содержания и лишь обслуживает деятельность других психических процессов.





- Такие интересные и противоречивые свойства внимания привлекли к нему взгляды многих ученых, которые по-разному объясняли его происхождение и сущность. Русский психолог **Н.Н. Ланге** выделил следующие основные подходы к проблеме природы внимания.



## 2. Основные подходы к пониманию природы внимания.

# Ланге Николай Николаевич



(12 (24) марта 1858,  
Санкт-Петербург — 15  
февраля 1921, Одесса)

— русский психолог, ученик и последователь основателя петербургской школы университетской философии и психологии М. И. Владиславлева. Закончив в 1882 историко-филологический факультет Санкт-Петербургского университета, Н.Н. Ланге был оставлен на кафедре философии. В следующем 1883 году был направлен на стажировку в Германию и Францию. В 1888 г. получил степень магистра философии за работу "История нравственных идей XIX века". В 1894 г. Н.Н. Ланге защитил докторскую диссертацию **«Психологические исследования: Закон перцепции. Теория волевого внимания»**, в которой выступил как один из основоположников российской и видный представитель мировой опытной и экспериментальной психологии конца XIX.

## Основные подходы к проблеме природы внимания, сложившиеся в психологии к концу 19 ст., по Н.Н.Ланге

1. Внимание как результат двигательного приспособления.
2. Внимание как результат ограниченности объема сознания.
3. Внимание как результат эмоции.
4. Внимание как результат апперцепции,.
5. Внимание как особая активная способность духа.
6. Внимание как усиление нервного раздражителя.
7. Теория нервного подавления

# Внимание как результат двигательного приспособления

- Приверженцы этого подхода исходят из того, что раз мы можем произвольно переносить внимание с одного предмета на другой, то внимание не возможно без мускульных движений. Именно движения приспособливают органы чувств к условиям наилучшего восприятия.

# Внимание как результат ограниченности объема сознания



ГЕРБАРТ ИОГАНН  
(1776-1841),  
немецкий философ,  
психолог, педагог



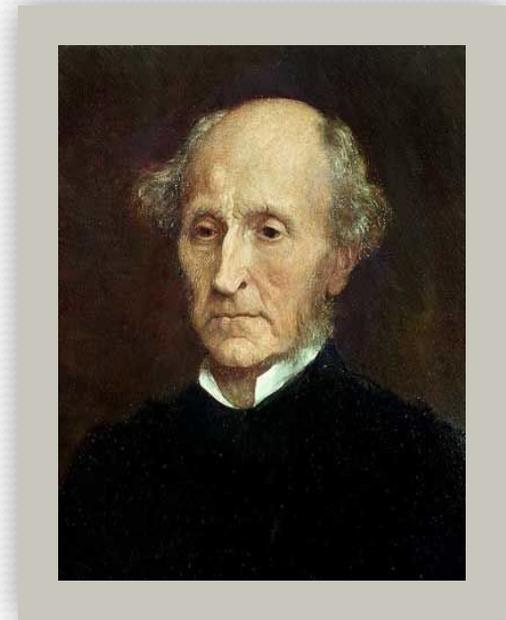
ГАМИЛЬТОН  
ВИЛЬЯМ  
(1788-1856) - видный  
в свое время англ.  
философ-идеалист

Не объясняя, что они понимают под объемом сознания и какова его величина, **И. Герbart** и **У.Гамильтон** считают, что более интенсивные представления вытесняют или подавляют менее интенсивные.

# Внимание как результат эмоции

Эта теория, особенно блестяще развитая в английской ассоциационной психологии, указывает на зависимость внимания от интересности представления.

Так, **Дж.Милль** указывал: «Иметь приятное или тягостное ощущение или идею и быть к ним внимательным — это одно и то же».



Джон Стюарт Милль  
(20.05.1806-08.05.1873)  
англ.философ

# Внимание как результат апперцепции

- т.е. как результат жизненного опыта индивида.

# Внимание как особая активная способность духа

- Некоторые психологи, пораженные своеобразием явлений внимания, принимают его за первичную и активную способность, происхождение которой необъяснимо.

# Внимание как усиление нервного раздражителя

- Согласно данной гипотезе внимание обусловлено увеличением местной раздражительности центральной нервной системы.

# Теория нервного подавления

- пытается объяснить основной факт внимания — преобладание одного представления над другими — тем, что лежащий в основе первого физиологический нервный процесс задерживает или подавляет физиологические процессы, лежащие в основе других представлений и движений, результатом чего является факт особой концентрации сознания.



### 3. Отношение к феномену внимания в современной психологии.

Проблема внимания традиционно считается одной из самых важных и сложных проблем научной психологии. От ее решения зависит развитие всей системы психологического знания - как фундаментального, так и прикладного характера. Высокую оценку внимания на уровне мировоззрения и в этическом аспекте можно найти у многих авторов.

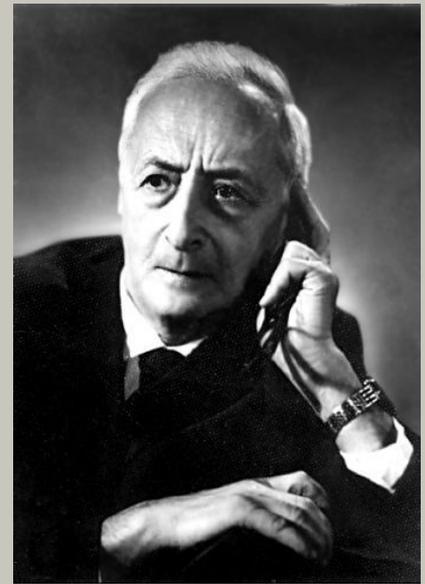
Значимость внимания в жизни человека, его определяющая роль в отборе содержаний сознательного опыта, запоминании и научении очевидны. Трудно усомниться в необходимости всестороннего и детального исследования его феноменов.

Как отмечает американский **психолог-бихевиорист Ф. Уорден**, с точки зрения здравого смысла можно предположить, что «явления внимания играют заметно важную роль в науке о поведении, но, как ни странно, это не так, и в учебниках психологии внимание, как правило, занимает скромную и незаметную позицию».

- Внимание представляет собой психологический феномен, в отношении которого до настоящего времени среди психологов нет единого мнения. Это обусловлено тем, что в системе психологических феноменов внимание занимает особое положение. Оно включено во все остальные психические процессы, выступает как их необходимый момент, и отделить его от них, выделить и изучать в «чистом» виде нельзя. С явлениями внимания мы имеем дело лишь тогда, когда рассматривается динамика познавательных процессов и особенности различных психических состояний человека. Всякий раз, когда мы пытаемся выделить «материю» внимания, она как бы исчезает.

Как подчеркивает советский психолог **П.Я.Гальперин**, с тех пор, как психология стала отдельной областью знания, психологи самых разных направлений единодушно **отрицают внимание как самостоятельную форму психической деятельности**. Правда, по разным основаниям.

- Одни потому, что вообще отрицают деятельность субъекта, и все формы психической деятельности сводят к разным проявлениям того или иного общего механизма – ассоциаций, образований структур.
- Другие потому, что отождествляют внимание с разными психическими функциями или с какой-нибудь их стороной; и не было такой функции, сочетания или такого психического явления – от «направленности» до «изменения организации» психической деятельности, от «темного» кинестетического ощущения и двигательной установки до осознания в целом, – с которым не отождествляли бы внимание.



Представители английской *эмпирической психологии* — *ассоционисты* — вовсе не включали внимание в систему психологии, для них не существовало ни личности, ни объекта, а лишь представления и их ассоциации; поэтому для них не существовало и внимания.

Затем, в конце XIX и начале XX в. понятие внимания начинает играть все большую роль. Оно служит для выражения *активности сознания* и используется как корректив к ассоциативной психологии, сводящей сознание к механическим связям ощущений и представлений. Но при этом внимание по большей части мыслится как внешняя по отношению ко всему содержанию сила, которая извне формирует данный сознанию материал.

Это идеалистическое понимание внимания вызывает реакцию. Ряд психологов (*Фуко, Делёвр* и др.) отрицают вовсе правомерность этого понятия. Особенно радикальные попытки, совершенно устраняющие внимание из психологии, сделали *представители поведенческой психологии и гештальтпсихологи*.

Первая механистическая попытка упразднить внимание, намеченная в двигательной теории внимания **Т.Рибо** и развитая у бихевиористов и рефлексологов, сводит внимание к рефлекторным установкам.

Вторая, связанная с теорией гештальтпсихологии, сводит явление внимания к структурности сенсорного поля (**Рубин**).



Теодюль Арман Рибо  
(Ribot)  
(1839 - 1916) -  
французский психолог

## Суть и критика первого подхода

- Не подлежит сомнению, что рефлекторные установки играют существенную роль в начальных, наиболее примитивных формах внимания. Хорошо известно, что при действии на организм какого-нибудь раздражителя организм обычно рефлекторно приспособляется к наилучшему его восприятию. Так, когда на периферическую часть сетчатки падает световой раздражитель, глаз обычно поворачивается в его сторону, так что он попадает в поле лучшей видимости. При действии на барабанную перепонку идущего сбоку звукового раздражителя следует рефлекторный поворот в сторону источника звука. Значение этих установок заключается в том, что они приводят к усилению одних процессов за счет торможения других. Таким образом, уже рефлекторные реакции организма создают благоприятствующие условия для выделения некоторых раздражителей. ***К этим рефлекторным реакциям установки и сводят рефлексологи внимание.***

- Не подлежит также сомнению, что объяснение внимания в отрыве от таких рефлекторных установок как отправного пункта в процессе развития было бы явно идеалистическим и ненаучным. Но объяснять внимание только этими рефлекторными установками так же неправильно и невозможно. В своих высших, специфически человеческих проявлениях внимание — сознательный процесс. Самые установки человека далеко не всегда являются рефлекторными. Они часто образуются на основе сознательных процессов, в которых участвует внимание. Таким образом, *рефлекторные установки могут быть и причиной, и следствием внимания, и попросту его внешним выражением. Но внимание в целом никак не сводимо к рефлекторным установкам.*

## Суть и критика второго подхода

Попытка свести внимание к структурности восприятия не выдерживает критики по ряду оснований:

- во-первых, для внимания существенна возможность выделения частей, сторон, моментов, — словом, **анализа**, а не одностороннее господство структурного целого;
- во-вторых, хотя внимание бесспорно сначала проявляется в отношении чувственного содержания и связано с его членением, однако существенная черта высших форм внимания заключается в **отвлечении**. Внимание связано с абстракцией, с возможностью расчленить структуру восприятия, кое от чего отвлечься и сознательно направить взор в определенную сторону. С **мыслительной операцией абстракции** внимание связано не менее тесно, чем со структурностью восприятия.

## Пример:

- **П.Жане** приводит случай с больной, для которой непреодолимые трудности представляло достать булавку из коробки, в которой вперемешку находились булавки и пуговицы. Она брала коробку с тем, чтобы выполнить это задание, но, как она поясняла, она не могла сосредоточиться мыслью на булавках, потому что ей попадались под руки и приковывали внимание пуговицы; точно так же она не могла сосредоточиться и на пуговицах, поскольку в поле зрения постоянно попадали булавки; в результате она лишь беспомощно перебирала одни и другие.

Мы не находимся в такой поглощающей власти вещей.

Сводить всю проблему внимания к структурности чувственного поля — значит, в конечном счете, отрицать существование субъекта, противопоставляющего себя предметам и активно воздействующего на них.

Внимание, которое сплошь и рядом трактуется только как «функция» или механизм, есть по существу **аспект** большой **основной проблемы о соотношении личности и мира**. Наличие у человека высших форм внимания в конечном счете означает, что он как личность выделяет себя из окружающей среды, противопоставляет себя ей и получает возможность, мысленно включая наличную ситуацию в различные контексты, ее преобразовывать, выделяя в ней в качестве существенного то один, то другой момент. Внимание в этих высших своих формах характеризует своеобразие человеческого предметного сознания.

Вместо раскрытия этого основного соотношения, связанного с **общей направленностью личности**, теория внимания по большей части сосредоточивалась на вопросе о том, к **каким функциям** его причислить.

- Сторонники **волюнтаристической теории** усматривают сущность внимания исключительно в **воле**, хотя произвольное внимание явно противоречит такому пониманию.
- Другие сводили внимание к **фиксации представлений посредством чувства**, хотя произвольное внимание часто регулируется вопреки чувству.
- Третьи, наконец, искали объяснения внимания исключительно в **изменении самого содержания представлений**, не учитывая значения общей направленности личности.

- В середине-конце 20 ст. за рубежом (в первую очередь в американской психологии – необихевиоризме и когнитивной психологии), да и в советской психологии (в рамках психологии труда и психофизиологии) начали отождествлять внимание с **уровнем «бодрствования» или «активации»**. Но это лишь:
- 1) подтверждает неудовлетворенность прежними попытками свести внимание к другим психическим явлениям,
  - 2) в то же время представляет собой попытку на этот раз свести его к новым, психологически почти не раскрытым сторонам психической деятельности,
  - 3) и вместе с тем означает невольное признание своего неумения расшифровать внимание в его собственном содержании.

Насколько «уровень бодрствования» и степень активации сегодня известны, они соответствуют тому, что прежде называли «сознанием» и его разными степенями ясности. Отождествление внимания с ними представляет собой не что иное, как возвращение к давнему сведению внимания к «сознанию», так сказать, «на современном уровне».

Поэтому к этим новым попыткам сведения внимания к чему-то, что уже не есть внимание, полностью относятся вопросы: что мы выигрываем в понимании этих процессов оттого, что назовем внимание активацию или бодрствованием или, наоборот, активацию или бодрствование – вниманием? Если бы мы знали, что такое внимание или бодрствование и активация, как содержательные процессы или состояния, тогда подобные «сведения» означали бы разъяснения еще неизвестного уже известным. А пока нам это не известно подобные сведения означают лишь наличие некоего внешнего сходства между ними и ничего более; такое сходство можно найти между любыми «психическими явлениями», и это не дает ключа к содержательному пониманию ни одного из них.

Обобщая подходы к феномену внимания в психологии, следуют отметить следующие разногласия в позициях психологов:

**Во-первых:** Некоторые авторы утверждают, что *внимание не может рассматриваться как самостоятельное явление*, поскольку оно в той или иной мере присутствует в любом другом психическом процессе.

В основе этих взглядов на природу внимания лежат **два кардинальных факта:**

- **внимание нигде не выступает как самостоятельный процесс.** И по внешнему наблюдению оно открывается как направленность, настроенность и сосредоточенность любой психической деятельности, следовательно, только как сторона или свойство этой деятельности.
- **внимание не имеет своего отдельного, специфического продукта.** Его результатом является улучшение всякой деятельности, к которой оно присоединяется. Между тем именно наличие характерного продукта служит главным доказательством наличия соответствующей функции (даже там, где процесс совсем или почти совсем неизвестен). У внимания такого продукта нет, и это более всего говорит против оценки внимания как отдельной формы психической деятельности.

- Другие наоборот, *отстаивают самостоятельность внимания как психического процесса*, полагают, что внимание представляет собой вполне независимое психическое состояние человека, специфический внутренний процесс, имеющий свои особенности (в мозге человека выделяют особого рода структуры, связанные именно с вниманием, анатомически и физиологически относительно автономные от тех, которые обеспечивают функционирование других процессов).

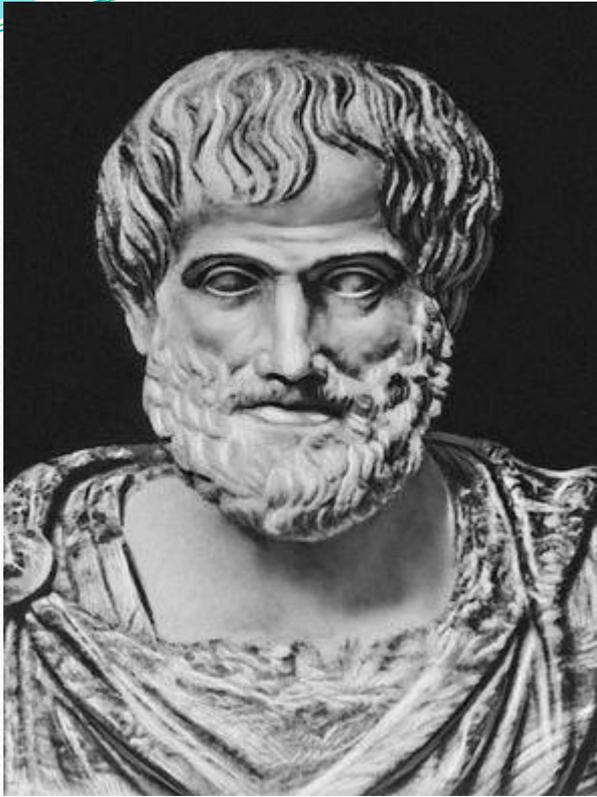
## Во-вторых:

Признавая внимание как самостоятельный психический процесс - существуют разногласия в том, к какому классу психических явлений следует его отнести.

- Одни считают, что внимание – это познавательный психический процесс.
- Другие связывают внимание с волей и деятельностью человека, основываясь на том, что любая деятельность, в том числе и познавательная, невозможна без внимания, а само внимание требует проявления определенных волевых усилий.

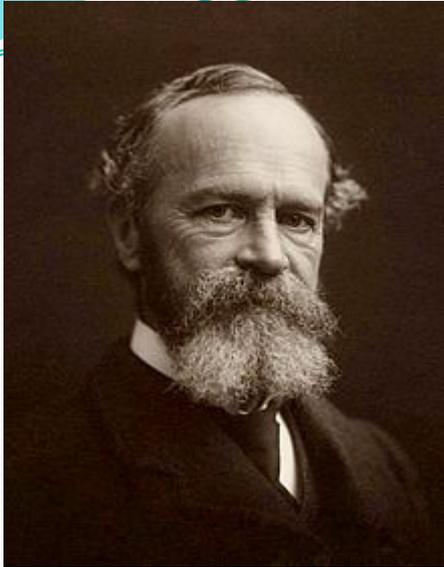


## 4. Основные теории внимания.



Аристотель  
(384 - 322 до н. э.)

- Проблема внимания имеет древнюю историю, восходящую еще к **Аристотелю**, который рассматривал этот феномен как сужение диапазона чувств, через которые душа познает окружающий мир.



Первое и самое распространённое психологическое **определение внимания** дал **У.Джемс** в 1890г.: "Каждый знает, что такое внимание. Это овладение разумом в чистой и яркой форме только одним из многих одновременно представленных объектов или одной мыслью из целой череды мыслей".

В определениях Аристотеля и У.Джемса и всех последующих исследователей подчёркивается **основная характеристика внимания - избирательность, или селективность, в активности организма.**

Проблемой изучения внимания в течение многих десятков лет занимались и занимаются известные зарубежные психологи: представители ассоциативной психологии - Дж. Миль, И. Гербарт, В. Вундт, Э. Титченер, Г. Эббингауз, Г. Мюллер; - основатель экспериментальной французской психологии -Т. Рибо, представители когнитивной американской психологии Д.Е.Бродбент и У. Найссер.

Среди отечественных ученых: Н.Н.Ланге, П.П.Блонкий, К.Н. Корнилов, Л.С. Выготский и А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, П.Я. Гальперин, Н.Ф. Добрынин, Р.С. Немов, Г. А. Урунтаева, Н.Н. Ланге, Ю.В. Гиппенрейтер и многие другие.

Физиологическими основами внимания занимались В.М Бехтерев, Л.А. Орбели, П.К. Анохин. Ведущая роль корковых механизмов в регуляции внимания установлена благодаря нейрофизиологическим исследованиям.

- 
- Психологи, занимавшиеся проблемой внимания, давали различное определение данному явлению и разработали самые разные теории внимания, ни одна из которых однако не исчерпывает полностью содержания данного феномена.



Вильгельм Вундт  
(1832-1920)

- Так, один из крупнейших представителей психологии **Вильгельм Вундт** определяет внимание как «фиксационную точку зрения», как наиболее ясное поле нашего сознания. Эта ясность достигается путем перехода содержания из зоны перцепции, т.е. смутного, неотчетливого восприятия, в зону апперцепции, т.е. ясного и отчетливого сознания. Как видим, здесь подчеркивается лишь субъективный характер нашего переживания, его ясность и отчетливость, чего, конечно, недостаточно. С другой стороны, Вундт понимает апперцепцию как проявление особой «психической активности».



Эдвард  
Титченер  
(1867-1927).

- Другой представитель эмпирической психологии более позднего периода, а именно американский психолог **Э.Титченер**, в противоположность Вундту, определяет внимание как свойство ощущения, как «сенсорную ясность». Эта сенсорная ясность, т.е. выступление того или другого ощущения с большей или меньшей силой, по мнению Титченера, есть одно из основных свойств ощущения, подобно таким свойствам, как качество, интенсивность и длительность. Он пишет: «Ясность – это качество, которое дает ощущению его особенное положение в сознании: более ясное ощущение господствует над другими, держится самостоятельно и выделяется среди них: менее ясное ощущение подчинено другим ощущениям и сливается с фоном сознания».
- Титченер считает, что ясность ощущения обуславливается нервным предрасположением, тогда как качество ощущения обуславливается нервной дифференциацией.

Хотя определение Титченера и является на первый взгляд прямой противоположностью вундтовской теории, но в них есть общие черты. Титченер подчеркивает биологический характер внимания, он как будто отрицает активность личности вместо особого принципа апперцепции, введенного Вундтом, он пишет о ясности как о простом свойстве ощущения. Но это свойство выражает ведь преобладание ощущения в сознании, т.е. не внешнее, а внутреннее его качество, зависящее от субъекта, от «предрасположения» его нервной системы. Подчеркивание нервного момента в ясности, т.е. во внимании, является, конечно, ценным. Но объяснения этому «предположению» Титченер не дает. Он скорее описывает, чем объясняет явление. К тому же личность и ее активность как бы совсем исчезают. Поэтому описание Титченера имеет в значительной степени механический характер.



Герман  
Эббингхауз  
(Ebbinghaus)  
(1850 – 1909)

- Также якобы биологический характер носит определение внимания у известного психолога **Г. Эббингауза**. Он считает внимание выбором или отбором, получающимся в результате поддержки нервного возбуждения и торможения всех остальных.





Георг Элиас  
Мюллер (Müller)  
(1850 – 1934)

Другой представитель, так называемой «эмпирической психологии» **Георг Мюллер** считал недостаточным понимание внимания как свободного протекания возбуждений и торможения всех прочих возбуждений. Он полагал, что раздражение идет обратно к периферии, к органу чувств, чем это периферическое раздражение поддерживается и усиливается. Таким образом, внимание является как бы «сенсорной поддержкой» ощущения. Внимание понимается Мюллером, следовательно, как какой-то добавочный механизм.

Трудно пока утверждать что-нибудь вполне определенное об этой гипотезе. Но если даже мы имеем какое-то добавление или усилие к начальному ощущению, все же не оно составляет сущность внимания. Ведь это «сенсорное добавление» будет поддерживать уже отобранные впечатления, и, следовательно, вопрос снова, как и у Эббингауза, сводится к процессу отбора или выбора впечатлений.

# Теория внимания Т. Рибо



РИБО (Ribot)  
Теодюль Арман  
(1839—1916)

Одну из наиболее известных психологических теорий внимания предложил **Т. Рибо**. Он считал, что внимание, независимо от того, является оно ослабленным или усиленным, всегда связано с эмоциями и вызывается ими. Рибо предполагал особенно тесную зависимость между эмоциями и произвольным вниманием. Он считал, что интенсивность и продолжительность такого внимания непосредственно обусловлены интенсивностью и продолжительностью ассоциированных с объектом внимания эмоциональных состояний.



Непроизвольное внимание также всецело зависит от аффективных состояний. "Случаи глубокого и устойчивого непроизвольного внимания обнаруживают все признаки неутомимой страсти, постоянно возобновляющейся и постоянно жаждущей удовлетворения".

Состояние внимания всегда сопровождается не только эмоциональными переживаниями, но также определенными изменениями физического и физиологического состояния организма. Только на основе детального и тщательного изучения подобного рода состояний можно составить ясное представление и о механизмах внимания.

Т. Рибо подчеркивал значение физиологических связей психических процессов и состояний, и это обстоятельство сказалось на его трактовке внимания. Таким образом, теорию Рибо можно назвать психофизиологической. Внимание, как чисто физиологическое состояние, имеет комплекс сосудистых, дыхательных, двигательных и других произвольных или непроизвольных реакций.

Интеллектуальное же внимание усиливает кровообращение в занятых мышлением органах тела. Состояния сосредоточенности внимания сопровождаются также движениями всех частей тела: лица, туловища, конечностей, которые вместе с собственно органическими реакциями выступают как необходимое условие поддержания внимания на должном уровне.

Движение, по мнению Т. Рибо физиологически поддерживает и усиливает данное состояние сознания. Для органов чувств (зрения и слуха) внимание означает сосредоточение и задержку движений, связанных с их настройкой и управлением.

Усилие, которое мы прилагаем, сосредоточивая и удерживая внимание на чем-то, всегда имеет под собой физическую основу. Ему соответствует чувство мышечного напряжения, а наступающие впоследствии отвлечения внимания связаны, как правило, с мышечным переутомлением в соответствующих моторных частях реципирующих систем.

Т. Рибо полагал, что двигательный эффект внимания состоит в том, что некоторые ощущения, мысли, воспоминания получают особую интенсивность и ясность по сравнению с прочими оттого, что вся двигательная активность оказывается сосредоточенной на них.

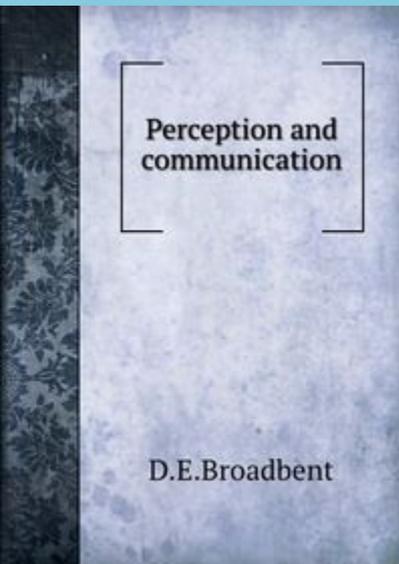
В умении управлять движениями заключается и секрет произвольного внимания. Произвольно восстанавливая движения, связанные с чем-то, мы тем самым обращаем на это наше внимание.

Таковы характерные черты **моторной теории внимания**, предложенной Т. Рибо.



Бродбент Д.Е.  
1926-1993

В рамках современной **американской когнитивной психологии** происходит возврат к проблеме внимания, где его особенности связывают с проблемой переработки информации в процессе познания. По мнению **Д.Е. Бродбента**, **внимание – это фильтр, отбирающий информацию на входах**, т.е. на периферии. Он установил, что если человеку подавали разную информацию одновременно в оба уха, но согласно инструкции, он должен был ее воспринимать лишь левым, то подававшаяся при этом в правое ухо информация полностью игнорировалась. В дальнейшем было установлено, что периферические механизмы отбирают информацию по физическим характеристикам.

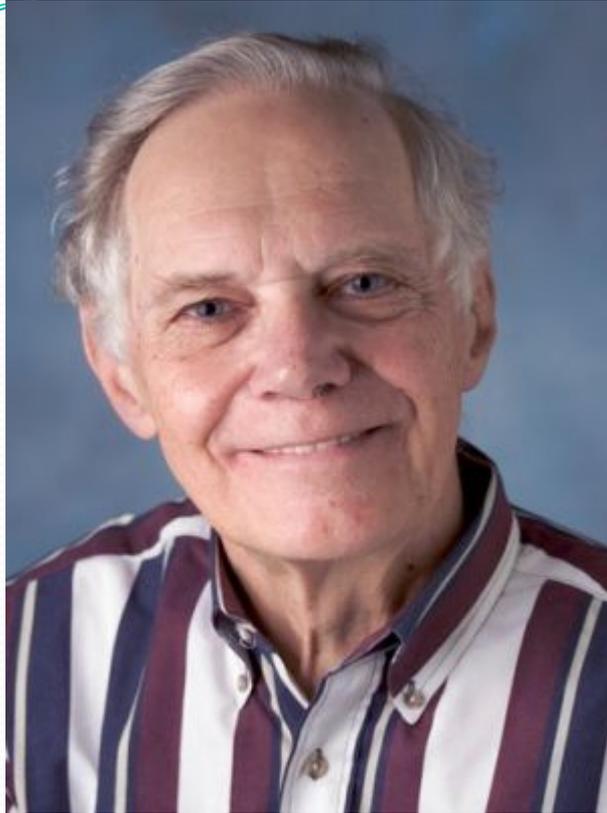


В книге «Восприятие и коммуникация» Д. Бродбент следующим образом изложил основы своей теории:  
во-первых, обработка информации на уровне сознания ограничена пропускной возможностью канала;  
во-вторых, существует фильтр, который обеспечивает селекцию и предохраняет канал от перегрузки.

Д. Бродбент утверждает, что сообщения, проходящие по отдельному нерву, могут различаться в зависимости от того, какое из нервных волокон они стимулируют или какое количество нервных импульсов они воспроизводят. Так, если несколько нервов возбуждаются одновременно, в мозг одновременно могут идти несколько сенсорных сообщений.

В модели Д. Бродбента такие сообщения обрабатываются несколькими параллельными сенсорными каналами. Дальнейшая обработка информации возможна после того, как на этот сигнал будет направлено внимание и он будет передан через избирательный фильтр в «канал с ограниченной пропускной способностью».

Д. Бродбент считал, что для исключения перегрузки системы избирательный фильтр можно переключить на какой-нибудь другой сенсорный канал или пройти озонотерапию. Если селекция ведется на основе физических характеристик сигнала, как поначалу полагал Д. Бродбент, то переключение внимания не должно быть связано с содержанием сообщения.



Ульрих Найссер  
(1928-2012) –

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

Другая теория внимания („модель делителя“) была разработана в рамках когнитивной психологии **А. Трейсман**. В соответствии с ней допускается существование своеобразного перцептивного фильтра между воспринимаемым сигналом и его вербальной обработкой, который настроен не только на физические свойства сообщения, но и на семантические.



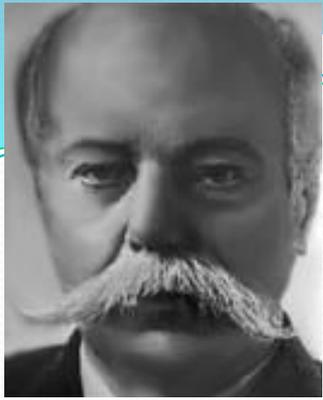
Павел  
Петрович  
Блонский  
(1884 - 1941)

Если мы обратимся *к советским психологам*, то и здесь мы найдем самое разнообразное понимание и самую различную трактовку понятия внимания.

Возьмем хотя бы для начала определение **П.П. Блонского** в его «Психологических очерках».

Подчеркнув, что выражение внимания и страха почти одинаково, что «внимание и страх – два слова, обозначающие один и тот же моторный симптомокомплекс», только страх более интенсивно выражен, что «страх, с этой точки зрения, есть максимальное выраженное внимание»; отметив затем все же, что страх есть эмоция, чувство, а во внимании элемент чувства отходит на задний план, П.П. Блонский определяет далее внимание, как «преобладание симпатических рефлексов над ваготоническими», как «максимальное бодрствование».

«Внимание есть преимущественно кортикальное явление». Из этого противоречия он пытается выйти путем признания того, что «внимание, вероятно, есть по своему существу в развитом виде – кортикальный процесс». Однако и это мало спасает данное определение, так как даже активное внимание Блонский понимает чрезвычайно биологически и механически. Так, по его мнению, «когда мы говорим об активном внимании, мы, собственно говоря, имеем в виду определяемость установки органов чувств мыслью».



Константин  
Николаевич  
Корнилов  
(1879-1957)

Совсем другое определение внимания дает **К.Н. Корнилов**.

Он считает, что «объективно это обычно выражается в **необходимом приспособлении тела для наилучшего восприятия объекта**». Однако этим внимание не ограничивается, субъективно оно сводится, прежде всего, к выделению данного объекта из ряда других или, как называют иногда некоторые из психологов, к ограничению поля сознания и затем к интенсивному сосредоточению мыслей на данном объекте, для того же процесса. Нам кажется, что выбор выражается и в установке как проявления этого выбора, а вовсе не является только «субъективной стороной» внимания. Но и само понимание выбора, а с ним вместе и всего процесса внимания нам кажется недостаточным. К.Н. Корнилов пишет: «Вот эта-то психическая функция, которая заключается в выделении и сосредоточении нашего сознания на одном или нескольких объектах внешнего мира или наших представлениях, и называется вниманием». Выбором и сосредоточением нашего сознания на одном или нескольких объектах внешнего сознания на наших восприятиях, как нам кажется, наше внимание не ограничивается. Мы склонны считать, что внимание есть направленность всей нашей деятельности, а не только процесса восприятия. Определение К.Н. Корнилова представляется нам слишком статичным, неподвижным. Выбор объекта и остановка на нем понимается им как особый процесс, отдельный от всей прочей деятельности.

# Моторная или эффекторная теория Ланге



## Теория волевого внимания Н.Н.

в работах Ланге связь внимания и движения рассматривается как причинно-следственная. Движения здесь включены в акт внимания и обуславливают его, делают внимание возможным.

- Внимание – это целесообразная реакция организма, моментально улучшающая условия восприятия. Эта реакция организма может быть как биологически целесообразной, эволюционно полезной, так и произвольной.

В любом акте внимания можно выделить 3 компонента:

1. некоторое восприятие (ощущение, представление, мысль);
2. двигательную реакцию, которая позволяет «воспринимать» его лучше, ярче, отчетливей;
3. улучшенное восприятие, в котором сказываются эффекты внимания: усиливающий, фиксирующий и аналитический.

По типу реакций Ланге предложил различать 3 вида внимания, в каждом из которых **движение** соответствующего типа играет ключевую роль.

1. **Рефлективное внимание** – автоматическая настройка органов чувств ответ на появление какого-либо значимого стимула (мышечные реакции: аккомодация хрусталика...)
2. **Инстинктивное внимание** связано с определенной эмоцией, которое встраивается между ощущением и движением. Эмоции вызываются видоспецифичным классом объектов и влекут за собой ряд целесообразных движений. Эти движения наследуются субъектом как представителем вида. ИВ основано на эмоциях любопытства или удивления при появлении чего-то нового и незнакомого. Инстинктивное влечение (эмоция), появляющееся при виде чего-то неизведанного, для лучшего изучения объекта и стремление сделать этот объект привычным и понятным. Такое влечение обладает 2 классами средств: 1) средства улучшения внешнего восприятия – выразительные движения. Настройка органа чувств, соответствующее воздействию и подстройка всего тела (приближение к объекту, задержка дыхания...). 2) внутренние (психические) средства – понимание воспринятого объекта и достигается отысканием в прошлом опыте сходных с ним или объясняющих его представлений (н-р, перебор догадок о шуршании в углу темной комнаты – мышшь; в совр. псих. догадки называются «перцептивными гипотезами» - И.Кречевский). Мы движемся от ощущений к их интерпретации.

3. **Волевое внимание** предполагает, что цель предстоящего познавательного акта ясна заранее познающему субъекту, но достижение ее не обеспечено врожденными видотипическими реакциями. Если цель ясна, то должны быть «предварительные знания» об обследуемом объекте. Исходный образ бледен и схематичен был назван Ланге - «значковым». Смысл акта в том, чтобы придать исходному представлению большую степень яркости и интенсивности. Усилить интенсивность можно только за счет движений, естественно доступных волевому управлению. Чувство усилия, всегда сопровождающее акт волевого внимания, тоже обусловлено именно двигательными компонентами этого акта.

В акте волевого внимания мы движемся от предварительного знания о предмете к его более ясному и отчетливому «восприятию».

Эффектом волевого внимания является усиление представления.  
Реальное ощущение + Образ памяти = Усиленное ощущение = Улучшенное восприятие.

● Иллюзия восприятия в результате эффекта волевого внимания

# Теория произвольного внимания Л.С.Выготского



Л.С.  
Выготский  
1896 - 1934

Значительный вклад в изучение внимания и его развития внесли **Л.С. Выготский**, а затем **А.Н. Леонтьев**. Они указали на существенное значение речи для внимания: при посредстве слова происходит указание предмета, на котором надо сосредоточиться, побуждение к устойчивости внимания, осуществляется организация работы, поисковая умственная деятельность.

Внимание, как и все психические процессы, имеет низшие и высшие формы. Первые представлены непроизвольным вниманием, а вторые – произвольным. В онтогенезе происходит развитие внимания.

Его историю, как и многих других высших психических функций, пытался проследить Л.С. Выготский. Он писал, что история развития внимания ребенка есть история развития организованности его поведения. Ключ к генетическому пониманию. Внимания следует искать, с его точки зрения не внутри, а вне личности ребенка.

Произвольное внимание возникает из того, что окружающие ребенка люди начинают при помощи ряда стимулов и средств направлять внимание ребенка, руководить его вниманием, подчинять его своей власти и этим самым дают в руки ребенка, те средства, с помощью которых он впоследствии и сам овладевает своим вниманием.

Культурное развитие внимания заключается в том, что при помощи взрослого ребенок усваивает ряд искусственных стимулов – знаков, посредством которых он дальше направляет свое собственное поведение и внимание.

Л.С. Выготский пишет, что с самых первых дней жизни ребенка развитие его внимания происходит в среде, включающей двойной ряд стимулов, вызывающих внимание. Первый ряд – это сами окружающие предметы, которые своими яркими, необычными свойствами привлекают внимание ребенка. С другой стороны, это речь взрослого, произносимые им слова, которые первоначально выступают в роли стимулов – указаний, направляющих непроизвольное внимание ребенка. Таким образом, с первых дней жизни ребенка его внимание в значительной своей части оказывается направляемым с помощью слов – стимулов. Вместе с постепенным овладением активной речью ребенок начинает управлять и первичным процессом собственного внимания, причем сначала – в отношении других людей, ориентируя собственное их внимание – обращенным к ним словом в нужную сторону, а затем – и в отношении самого себя.

Общая последовательность культурного развития внимания по Л.С. Выготскому состоит в следующем: "Сначала люди действуют по отношению к ребенку, затем он сам вступает во взаимодействие с окружающими, наконец, он начинает действовать на других и только в конце начинает действовать на себя. Вначале взрослый направляет его внимание словами на окружающие его вещи и вырабатывает, таким образом, из слов могущественные стимулы – указания; затем ребенок начинает пользоваться словом и звуком как средством указания, т.е. обращать внимание взрослых на интересующие его предметы».

Слово, которым пользуется взрослый, обращаясь к ребенку, появляется первоначально в роли указателя, выделяющего для ребенка те или иные признаки в предмете, обращающего его внимание на эти признаки. При обучении слово все более и более направляется в сторону выделения абстрактных отношений и приводит к образованию абстрактных понятий. Первоначально процессы произвольного внимания, направляемого речью взрослого, являются для ребенка скорее процессами его внешнего дисциплинирования, чем саморегуляции. Постепенно, употребляя то же самое средство овладения вниманием по отношению к самому себе, ребенок переходит к самоуправлению поведением, т.е. к произвольному вниманию.

## Теория установки Д.Н. Узнадзе



Дмитрий Николаевич  
Узнадзе  
(1886-1950)

Пожалуй, стоит рассмотреть теорию, которая связывает внимание с понятием установки. Теория установки предложена Д.Н.Узнадзе и поначалу касалась особого рода состояния предварительной настройки, которое под влиянием опыта возникает в организме и определяет его реакции на последующие воздействия.

Например, если человеку дать в руки два одинаковых по объему, но разных по весу предмета, то затем он будет по-разному оценивать вес других, одинаковых предметов. Тот из них, который окажется в руке, где раньше находился более легкий предмет, на этот раз покажется более тяжелым, и наоборот, хотя два новых предмета на самом деле во всех отношениях будут одинаковыми. Говорят, что у человека, обнаруживающего такую иллюзию, сформировалась определенная установка на восприятие веса предметов.

Установка, по мнению Д.Н.Узнадзе, напрямую связана с вниманием. Внутренне она и выражает собой состояние внимания человека. Этим объясняется, в частности, то, почему в условиях импульсивного поведения, связанного с отсутствием внимания, у человека, тем не менее, могут возникать вполне определенные психические состояния, чувства, мысли, образы.

С понятием установки в теории Узнадзе также связано понятие объективации. Она трактуется как выделение под влиянием установки определенного образа или впечатления, полученного при восприятии окружающей действительности. Этот образ, или впечатление, и становится объектом внимания (отсюда название — "объективация")

## Концепция внимания П.Я. Гальперина (в рамках его теории формирования умственных действий)



**Петр Яковлевич  
Гальперин  
(1902-1988)**

Среди современных отечественных психологов оригинальную трактовку внимания предложил П.Я. Гальперин.

П.Я. Гальперин определяет внимание как идеальное, свернутое и автоматизированное действие контроля, учение о внимании как функции контроля – составная часть теории поэтапного формирования умственных действий.

- Исследования «умственных действий» позволяют подойти к этому вопросу с несколько иной стороны. В результате этих исследований было установлено, что формирование умственных действий, в конце концов, приводит к образованию мысли, мысль же представляет собой двойное образование: мыслимое предметное действие, обращенное на это содержание. Анализ показал, что вторая часть этой диады есть не что иное, как внимание, и что это внутреннее внимание формируется из контроля над предметным содержанием действия. Это значит не то, что каждая мысль есть внимание или что внимание есть мысль, а только следующее. В каждом человеческом действии есть ориентировочная, исполнительная и контрольная части. Когда действие становится умственным и далее меняется так, что ориентировочная часть превращается в «понимание», исполнительная – в автоматическое ассоциативное происхождение объективного содержания действия в поле сознания, а контроль – в акт обращения «я» на это содержание, то собственная активность субъекта, внутреннее внимание, сознание как акт сливаются в одно переживание; при самонаблюдении оно представляется чем-то простым и далее неразложимым.

Понимание психики как ориентировочной деятельности означает подход к ней не со стороны «явления сознания», а со стороны ее объективной роли в поведении. В отличие от всякой другой психической ориентировка предполагает образ – среды действия и самого действия, – образ, на основе которого и происходит управление действием.

Управление действием на основе образа требует сопоставления задания с его исполнением. Следовательно, контроль составляет необходимую и существенную часть такого управления. Формы контроля могут быть различны, степень их развития – тоже; но без контроля над течением действия управление им – эта основная задача ориентировочной деятельности – оказалось бы невозможным. В той или иной форме, с разной степенью обособления и развития контроль составляет неотъемлемый элемент психики как ориентировочной деятельности. Но в отличие от других действий, которые производят какой-нибудь продукт, деятельность контроля не имеет отдельного контроля не имеет отдельного продукта. Она направлена на то, что хотя бы частично уже существует, происходит, создано другими процессами; чтобы контролировать, нужно иметь, что контролировать. Допустим, что внимание представляет собой как раз такую форму контроля – ведь это даже непосредственно в чем-то близко подходит к его обычному пониманию, – и сразу отпадает самое тяжелое из всех возражений против внимания как самостоятельной формы психической деятельности: отсутствие отдельного характерного продукта.

Знание тех изменений, которые наступают при формировании умственных действий, устраняет второе возражение: невозможность указать на содержание процесса внимания.

Стихийно сложившаяся деятельность контроля, становясь умственной и сокращенной, с естественной необходимостью должна представляться лишенной содержания, а с ним и самостоятельности, – стороной или свойством какой-нибудь другой деятельности (которую она контролирует). Это как раз и отвечает наблюдаемой картине внимания. Отсюда ясно, что указанные выше два факта, играющие такую роль в учении о внимании, на самом деле имеют очень ограниченное значение: они выражают положение, каким оно представляется во внутреннем и внешнем наблюдении, выражают ограниченность психологической науки данными «непосредственного наблюдения».

Однако нужно подчеркнуть, что внимание – отдельный, конкретный акт внимания – образуется лишь тогда, когда действие контроля становится не только умственным, но и сокращенным. Процесс контроля, выполняемый как развернутая предметная деятельность, есть лишь то, что он есть, и отнюдь не является вниманием. Наоборот, он сам требует внимания, сложившегося к этому времени. Но когда новое действие контроля превращается в умственное и сокращенное, тогда оно становится вниманием – новым, конкретным процессом. Не всякий контроль есть внимание, но всякое внимание есть контроль.

Контроль лишь оценивает деятельность или ее результаты, а внимание их улучшает. Как же внимание, если оно является психическим контролем, дает не только оценку, но и улучшение деятельности? Это происходит благодаря тому, что контроль осуществляется с помощью критерия, меры, образца – «предваряющего образа», – создавая возможность более четкого сравнения и различения, ведет к гораздо лучшему распознаванию явлений.

Так, применение образца объясняет два основных свойства внимания – его избирательность (которая, следовательно, вовсе не всегда проявляет интерес) и положительное влияние на всякую деятельность, с которой оно связывается. И это – первая проверка гипотезы внимания как деятельности психического контроля.

Вторая заключается в том, что, зная конкретное содержание деятельности внимания, мы можем ответить на трудный вопрос о природе произвольного внимания. До сих пор его отличительными признаками считают наличие цели (быть внимательным) и усилий (сохранить внимание на предмете, который сам его не вызывает). Но давно известно, что оба эти признака несостоятельны. Если мы достаточно знакомы с предметом, то независимо от интереса к нему внимание становится произвольным – без задачи и усилий быть внимательным. Цель и усилия свидетельствуют о том, чего мы хотим, но не о том, чего мы достигаем; если же усилия становятся безуспешными, то и внимание остается непроизвольным. Давно было сказано, что в целях выражаются наши потребности, наша зависимость от обстоятельств – наша несвобода. А усилия в известном отношении обратно пропорциональны действительным возможностям: чем больше оснащена деятельность, тем меньше усилий она требует.

П.Я.Гальперин полемизирует с Л.С. Выготским, указывая, что он был глубоко прав, когда пытался перенести в психологию, в частности проблему внимания, общее положение о средствах деятельности как решающем условии и материале произвольности. Но как понимать средства психической деятельности? Выготский считал ими знаки, опираясь на которые человек может сделать то, что не может выполнить без них. Однако способ использования знака еще должен быть понят, и естественно, что вскоре Выготский обнаружил, что знак играет роль психологического орудия лишь, поскольку сам получает значение. Приравнивая значение знака понятию, Выготский ставил развитие произвольности психических функций в зависимости от развития понятий, т.е. от понимания того, как следует действовать в данном случае. Но такое рациональное понимание произвольности означает неправильное сужение проблемы: конечно, произвольность требует понимания обстоятельств, однако не всякое, даже правильное их понимание равнозначно произвольности – нужно еще иметь возможность действовать согласно такому пониманию и располагать необходимыми для этого средствами.

Вопрос о средствах психической деятельности человека не сводится к пониманию, и решение этого вопроса у Выгодского не может считаться окончательным.

С точки зрения внимания, как деятельности психического контроля, вопрос о структуре произвольного внимания решается следующим образом: внимание произвольное есть внимание планомерное.

Это контроль за действием, выполняемый на основе заранее составленного плана, с помощью заранее установленных критериев и способов их применения. Наличие такого плана и критериев и способов действия позволяет вести контроль, а вместе с тем и направлять внимание на то, на что мы хотим его направить, а не на то, что «само бросается в глаза». Конечно, такое планомерное действие по своему происхождению и природе является общественным и предполагает участие речи в его организации; оно возможно только у человека. Как всякое действие, приобретаемое по общественному образцу, оно сначала выступает и осваивается в своей внешней форме (когда оно еще не является вниманием) и лишь затем, в своей речевой форме переходит в умственный план и, сократившись, становится произвольным вниманием. Благодаря своей объективно-общественной организации и поэтапному усвоению, такое действие не зависит ни от непосредственно привлекательных свойств объекта, ни от нарушающих влияний преходящих состояний самого человека – оно произвольно в собственном и полном смысле слова.

Непроизвольное внимание тоже есть контроль, но контроль, идущий за тем, что в предмете или обстановке «само бросается в глаза». В этом случае в качестве мерил используется одна часть объекта для другой, начальный отрезок связи – для сопоставления с ее продолжением. И маршрут, и средства контроля здесь следуют не по заранее намеченному плану, и диктуются объектом, от которого в обоих этих отношениях мы целиком зависим, – и поэтому непроизвольны. Но содержание деятельности внимания и здесь составляет контроль – контроль за тем, что устанавливают восприятие или мышление, память или чувство.

Конечно, трактовка внимания как отдельной формы психической деятельности пока остается гипотезой. Но помимо устранения теоретических трудностей ее преимущество в том, что она открывает возможность экспериментального исследования и проверки, возможность планомерного формирования внимания. Зная его содержание как деятельности и пути формирования последней как умственной деятельности, мы можем обучать вниманию, подобно всякой другой психической деятельности. А именно: чтобы сформировать новый прием произвольного внимания, мы должны наряду с основной деятельностью дать задание проверить (или проверять) ее, указать для этого критерий и приемы, общий путь и последовательность. Все это сначала нужно давать внешне, в материальной или материализованной форме – начинать следует не с внимания, а с организации контроля как определенного внешнего действия (которое лишь потом будет преобразовано в новый акт внимания). А дальше это действие контроля, путем поэтапной отработки, доводится до умственной, обобщенной формы, когда оно, собственно, и превращается в акт внимания, отвечающий новому заданию.

Непроизвольное внимание ребенка тоже можно воспитывать таким, каким мы хотим его видеть. В этом случае мы не ставим ребенку специальной задачи контроля, но учим выполнять новую деятельность определенным способом: тщательно прослеживая ее отдельные звенья, сравнивая и различая их, их связи и отношения. Таким образом, не выделяя контроль в особую задачу, мы включаем его в основную деятельность как способ ее осуществления. Тогда вместе с основной деятельностью происходит и формирование непроизвольного внимания.

С точки зрения внимания как деятельности психического контроля все конкретные акты внимания – и произвольного и непроизвольного – являются результатом формирования новых умственных действий. И произвольное и непроизвольное внимание должны быть созданы, воспитаны в индивидуальном опыте; у человека – всегда по общественно данным образцам. При планомерном воспитании внимания такие образцы должны заранее отбираться как самые успешные и перспективные – для каждой сферы деятельности, на каждом уровне развития. И можно надеяться, что поскольку теперь, в общем, известны и содержание деятельности внимания, и порядок воспитания полноценных умственных действий, задача планомерного формирования все новых и новых актов внимания уже не составит принципиальной трудности.

# Основные положения концепции внимания П.Я. Гальперина:

- — внимание является одним из моментов ориентировочно-исследовательской деятельности и представляет собой психологическое действие, направленное на содержание образа, мысли, другого феномена, имеющегося в данный момент в психике человека;
- — по своей функции внимание представляет контроль за этим содержанием. В каждом действии человека есть ориентировочная, исполнительская и контрольная части. Эта последняя и представлена вниманием как таковым;
- — в отличие от действий, направленных на производство определенного продукта, деятельность контроля, или внимание, не имеет отдельного, особого результата;
- — с точки зрения внимания как деятельности психического контроля все конкретные акты внимания — и произвольного и непроизвольного — являются результатом формирования новых умственных действий.

# Итак, суть концепции внимания П.Я.

## Гальперина:

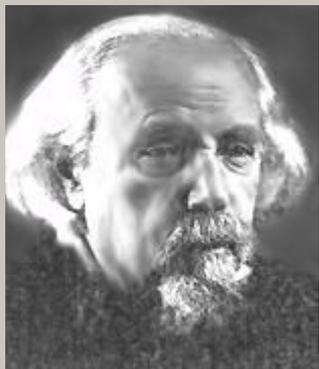
1. Внимание является одним из моментов ориентировочного исследовательской деятельности. Оно представляет собой психологическое действие, направленное на содержание образа, мысли, другого феномена, имеющегося в данный момент времени в психике человека.
2. По своей функции внимание представляет собой контроль за этим содержанием. В каждом действии человека есть ориентировочная, исполнительная и контрольная части. Эта последняя и представляется вниманием как таковым.
3. В отличие от других действий, которые производят определенный продукт, деятельность контроля, или внимание, не имеет отдельного, особенного результата.

4. Внимание как самостоятельный, конкретный акт выделяется лишь тогда, когда действие становится не только умственным, но и сокращенным. Не всякий контроль следует рассматривать как внимание. Контроль лишь оценивает действие, в то время как внимание способствует его улучшению.
5. Во внимании контроль осуществляется при помощи критерия, меры, образа, что создает возможность сравнения результатов действия и его уточнения.
6. Произвольное внимание есть планомерно осуществляемое внимание, т.е. форма контроля, выполняемого по заранее составленному плану, образцу.
7. Для того чтобы сформировать новый прием произвольного внимания, мы должны наряду с основной деятельностью предложить человеку задание проверить ее ход и результаты, разработать и реализовать соответствующий план.
8. Все известные акты внимания, выполняющие функцию контроля как произвольного, так и не произвольного, являются результатом формирования новых умственных действий.

## Концепция внимания Н.Ф. Добрынина

Причинное объяснение процессов внимания и различий их деятельностных проявлений Н.Ф. Добрынин искал в аффективно – волевой сфере психики, используя понятия интереса, волевого усилия и потребности. Он выстраивает феноменологию внимания, но линии классификации его видов, различающихся количественно по степени активности личности и качественно – по характеру этой активности. Степень активности определяется развитием потребностной сферы, которое происходит в конкретных исторических условиях, благодаря специально организованному обучению и воспитанию.

Последовательное проведение личностного подхода к дифференцированной классификации его видов. Более того, ему удалось отчетливо выделить как проявление высшей степени активности личности особый, названный слеппроизвольным, вид внимания.



Николай  
Федорович  
Добрынин  
(1890 – 1981)

Добрынин Н.Ф. — отечественный психолог. Родился в семье священника (Бобруйск, Белоруссия). После окончания в 1908 г. гимназии поступил на естественный факультет Московского университета. Затем перешел на историко-филологический факультет (где **проводил первые исследования колебания внимания**), который окончил в 1915 г. по специальности „психология“. Был призван на военную службу. После демобилизации в 1922 г. поступил в аспирантуру при Научно-исследовательском институте психологии. В 1925 г. защитил **кандидатскую диссертацию на тему „Колебания внимания“**. Работал в Московском государственном индустриально-педагогическом институте им. К. Либкнехта сначала в качестве доцента, а с 1935 г. по 1941 г. — профессора психологии. Одновременно работал доцентом на педагогическом факультете Второго МГУ (1922–1930) и научным сотрудником Института психологии (1925–1935). В 1937 г. защитил **докторскую диссертацию на тему „Психология внимания“**. С 1941 г. работал в МГПИ им. В.И. Ленина, где заведовал кафедрой психологии (1941–1966), работал профессором (1966–1969) и профессором-консультантом. Член редколлегии журнала „Вопросы психологии“. Специалист по проблемам познавательных процессов, прежде всего внимания, и развитию личности. Выдвинул **принцип значимости**, согласно которому познавательные процессы оказываются тесно связанными с мотивацией, с активностью личности.

Н.Ф. Добрынин считал, что первые проявления внимания можно пронаблюдать у новорожденного, во время сосания. А на протяжении дошкольного и младшего школьного возраста развиваются свойства внимания и его произвольность. Ребенок научается управлять собой и сознательно направляет свое внимание на определенный объект. При этом он использует для организации внимания внешние средства, прежде всего слово и указательный жест взрослого, т.е. внимание, становится опосредованным.

Внимание имеет огромное значение в жизни детей. Именно оно делает все психические процессы полноценными. Где нет внимания, нет и сознательного отношения ребенка к тому, что он делает, нет по существу, и продуктивного мышления. Как необходимое условие для ориентировки в окружающей действительности внимание имеет огромное значение для любой деятельности, особенно для обучения. Н.Ф. Добрынин дает определение внимания как направленности и сосредоточенности психической деятельности и поясняет:

«Под направленностью мы понимаем выбор деятельности и поддержание этого выбора. Под сосредоточенность мы понимаем углубление в данную деятельность и отстранение, отвлечение от всякой другой деятельности».

Первая часть определения характеризует внимание как явление, выступающее в виде двух характеристик психической деятельности – направленности и сосредоточенности. Эта часть носит описательный характер, хорошо согласуется со здравым смыслом, но не раскрывает содержания внимания, как процесса, представляющего, по Н.Ф. Добрынину, одну из форм активности личности. Основная смысловая нагрузка падает по этому на вторую часть определения, где говорится о выборе деятельности, его поддержании, углублении в данную деятельность и отстранение от других. Здесь, по сути, речь идет о целой группе процессов, объектом которых является сама деятельность, а функцией – направление и удержание ее в определенном русле.

Н.Ф. Добрынин подчеркивал, что «внимание есть особый вид психической деятельности, выражающийся в выборе и поддержании тех или иных процессов этой деятельности. Этот выбор сопровождается сосредоточением внимания, делающим ясной и отчетливой избранную деятельность».

В одной из последних работ Н.Ф. Добрынин пишет: «Сплошь и рядом внимание определяют как направленность и сосредоточенность сознания на каком-нибудь объекте. Мы считаем более правильным, определять внимание как направленность и сосредоточенность сознания на деятельность с объектами».

Огромное значение придавал Н.Ф. Добрынин воспитанию внимания, связывая развитие внимания с воспитанием личности и постепенным возрастанием ее активности. С ним солидарен еще один выдающийся представитель отечественной психологии С.Л. Рубинштейн. Он был убежден, что внимание «связано с устремлениями и желаниями личности, а также с целями, которые она себе ставит».

Н.Ф. Добрынин вслед за Э. Титченером выделил в развитии внимания три ступени: произвольное, непроизвольное и послепроизвольное внимание.

Формы непроизвольного внимания -- внимание вынужденное, невольное и привычное -- еще не требуют, по словам Н.Ф. Добрынина, «сознательной воли». Но даже внутри этой ступени развития внимания вклад личности в выбор объектов внимания постепенно возрастает. Развитие идет от факторов биологических, генетически заданных, через эмоции и актуальные потребности к прошлому опыту, позволяющему нам «привычно» замечать нечто, на что «вынужденно», только лишь из-за присущих стимулу характерных особенностей, мы бы никогда не обратили внимания.

Произвольное внимание уже в полной мере выражает активность личности, поскольку представляет собой волевой акт -- решение «направить деятельность в определенное русло». За таким решением стоят «осознанные потребности», которые Н.Ф. Добрынин называл стремлениями, а один из создателей психологической теории деятельности А.Н. Леонтьев -- осознанными «ведущими мотивами», или «мотивами-целями». Эти стремления -- результат всего развития и воспитания личности, ее мотивационно-потребностной сферы и волевых качеств.

Но и это тоже лишь промежуточный этап в развитии внимания: стремиться, по Н.Ф.Добрынину, следует к слеппроизвольному вниманию. Для его поддержания уже не требуется или почти не требуется волевых усилий, хотя оно и способствует достижению осознанно поставленных личностью целей, в точности как «организованное внимание» Т. Рибо и «производное первичное внимание» Э. Титченера. Работа становится интересной сама по себе, но интерес этот проявляется именно в процессе самой работы, за которую берется личность. Поэтому слеппроизвольное внимание и оказывается особой, «высшей» формой личностной активности

- 
- Вполне очевидно, что указанные теории опираются на реальные факты, однако, абсолютизируя выделенные феномены, они игнорируют все остальные проявления. Правильно понять феномен внимания можно лишь в совокупности всех его свойств.



## 5. Основные виды внимания. Их характеристика

## Виды внимания:

- По происхождению и способу осуществления (по степени волевой регуляции):
  - Непроизвольное
  - Произвольное
  - Послепроизвольное
- По материалу деятельности:
  - сенсорно-перцептивное
  - интеллектуальное
  - двигательное
- По направленности:
  - внешне-направленное
  - внутренне-направленное
- По ведущему анализатору:
  - зрительное
  - слуховое
  - вкусовое и т.д.

# По своему происхождению и способам осуществления выделяют три основных вида ВНИМАНИЯ

## Непроизвольное

- наиболее простое и генетически исходное, называют также пассивным, вынужденным, так как оно возникает и

- управляется сознательной целью, тесно связано с волей человека и

## Произвольное

- регулируется трудовыми усилиями, поэтому интересуют еще деятельности, а не волевым усилием, характеризуется длительной сосредоточенностью, напряженной интенсивностью умственной, деятельности, высокой производительнос

## Послепроизвольное

- регулируется трудовыми усилиями, поэтому интересуют еще деятельности, а не волевым усилием, характеризуется длительной сосредоточенностью, напряженной интенсивностью умственной, деятельности, высокой производительнос

# Физические, психофизиологические и психические причины возникновения непроизвольного внимания

- 1-я

- группа

- характер и качество раздражителя, его сила или интенсивность. Важную роль при этом играет не столько абсолютная, сколько относительная сила раздражителя, контраст между раздражителями, новизна, необычность

- 2-я

- группа

- внешние раздражители, которые, соответствуют внутреннему состоянию человека, и прежде всего имеющимся у него потребностям

- 3-я

- группа

- связана с общей направленностью личности, с ее прежним опытом и чувствами

# Характеристика произвольного внимания

- управляется сознательной целью,
- причины произвольного внимания по своему происхождению не биологические, а социальные: оно формируется у ребенка при его общении со взрослыми,
- тесная связь с речью. Развитие произвольного внимания у ребенка проявляется вначале в подчинении своего поведения речевой инструкции взрослых, а затем, по мере овладения речью, — в подчинении своего поведения собственной речевой инструкции.
- также связано с чувствами, с интересами, с прежним опытом человека. Однако влияние этих моментов при произвольном внимании не непосредственное, а косвенное. Оно опосредуется сознательно поставленными целями, поэтому в данном случае интересы выступают как интересы цели, интересы результата деятельности.

# Характеристика послепроизвольного внимания

- ❖ подобно произвольному, носит целенаправленный характер и требует первоначальных волевых усилий, но затем человек как бы «входит» в работу: интересными и значимыми становятся содержание и процесс деятельности, а не только ее результат.
- ❖ здесь нет или почти нет волевых усилий.

# Сравнительная характеристика видов внимания

Виды внимания	Условия возникновения	Основные характеристики	Механизмы
Непроизвольное	Действие сильного, контрастного или значимого и вызывающего эмоциональный отклик раздражителя	Непроизвольность, легкость возникновения и переключения	Ориентировочный рефлекс или доминанта, характеризующая более или менее устойчивый интерес личности
Произвольное	Постановка (принятие) задачи	Направленность в соответствии с задачей. Требует волевых усилий, утомляет	Ведущая роль 2-ой сигнальной системы
Послепроизвольное	Вхождение в деятельность и возникновение интереса	Сохраняется целенаправленность, снимается напряжение	Доминанта, характеризующая возникший в процессе данной деятельности интерес

# Виды внимания, в

## зависимости от

## обслуживаемой активности

Сенсорное  
внимание

- Связано с восприятием и ощущением раздражителей разной модальности
- Выделяют зрительное и слуховое сенсорное

Интеллектуальное  
внимание

- Объектами данного вида внимания являются воспоминания и мысли

Моторное  
внимание

- повышенная сосредоточенность на физических действиях



## 6. Физиологические основы внимания.

# Физиологические механизмы активного внимания

- **активная мозговая деятельность** - активизация мозга осуществляется его неспецифической системой, включая ретикулярную формацию, диффузную таламическую систему, гипоталамические структуры, гиппокамп и т.д.
- среди «пусковых» механизмов ретикулярной формации следует прежде всего отметить **ориентировочный рефлекс**. Он представляет собой врожденную реакцию организма на всякое изменение окружающей среды у людей и животных. Этот рефлекс И.П.Павлов очень метко назвал рефлексом «что такое?».

- две основные группы механизмов, осуществляющие фильтрацию раздражений из среды: периферические и центральные.
- ✓ К **периферическим** механизмам можно отнести настройку органов чувств.
- ✓ **Центральные** механизмы внимания связаны с возбуждением одних нервных центров и торможением других

# Закон индукции нервных процессов

(установленный Ч.Шеррингтоном и широко использованный И.П.Павловым )

- возбуждение, возникающее в одной области коры головного мозга, вызывает торможение в других ее областях (так называемая **одновременная индукция**) или сменяется торможением данного участка мозга (**последовательная индукция**). При этом данный участок характеризуется благоприятными оптимальными условиями для возбуждения, поэтому здесь легко вырабатываются дифференцировки, успешно образуются новые условные связи, это в данный момент — «творческий отдел больших полушарий». Деятельность же других участков мозга связана в это время с тем, что обычно называется неосознанной, автоматической деятельностью человека.

# Принцип доминанты, выдвинутый академиком А.А. Ухтомским

- Понятие «доминанта» обозначает временно господствующий очаг возбуждения, обуславливающий работу нервных центров в данный момент и придающий тем самым поведению определенную направленность. Благодаря особенностям доминанты суммируются и накапливаются импульсы, текущие в нервную систему, одновременно подавляя активность других центров, за счет чего очаг возбуждения еще больше усиливается. Благодаря этим свойствам, доминанта является устойчивым очагом возбуждения, что, в свою очередь, позволяет объяснить нервный механизм длительной интенсивности внимания. Основой возникновения господствующего очага является не только сила данного раздражения, но и внутреннее состояние нервной системы, обусловленное предшествующими воздействиями и уже закрепленными в предшествующем опыте нервными связями.



## 7. Основные свойства внимания. Их характеристика.

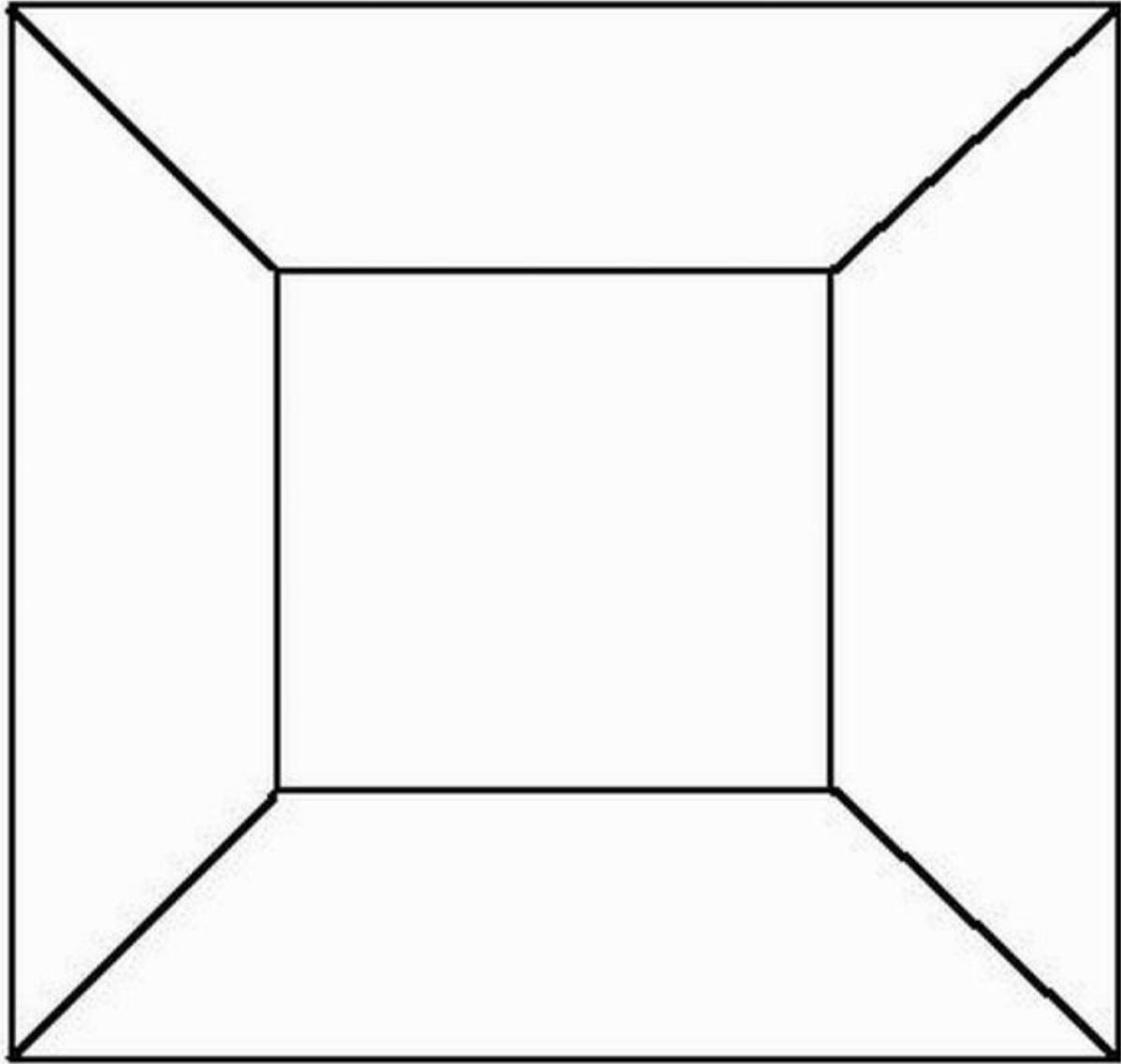
# Основные свойства внимания

- Колебание внимания
- Концентрация
- Устойчивость
- Переключение
- Распределение
- Объем



# Колебание внимания

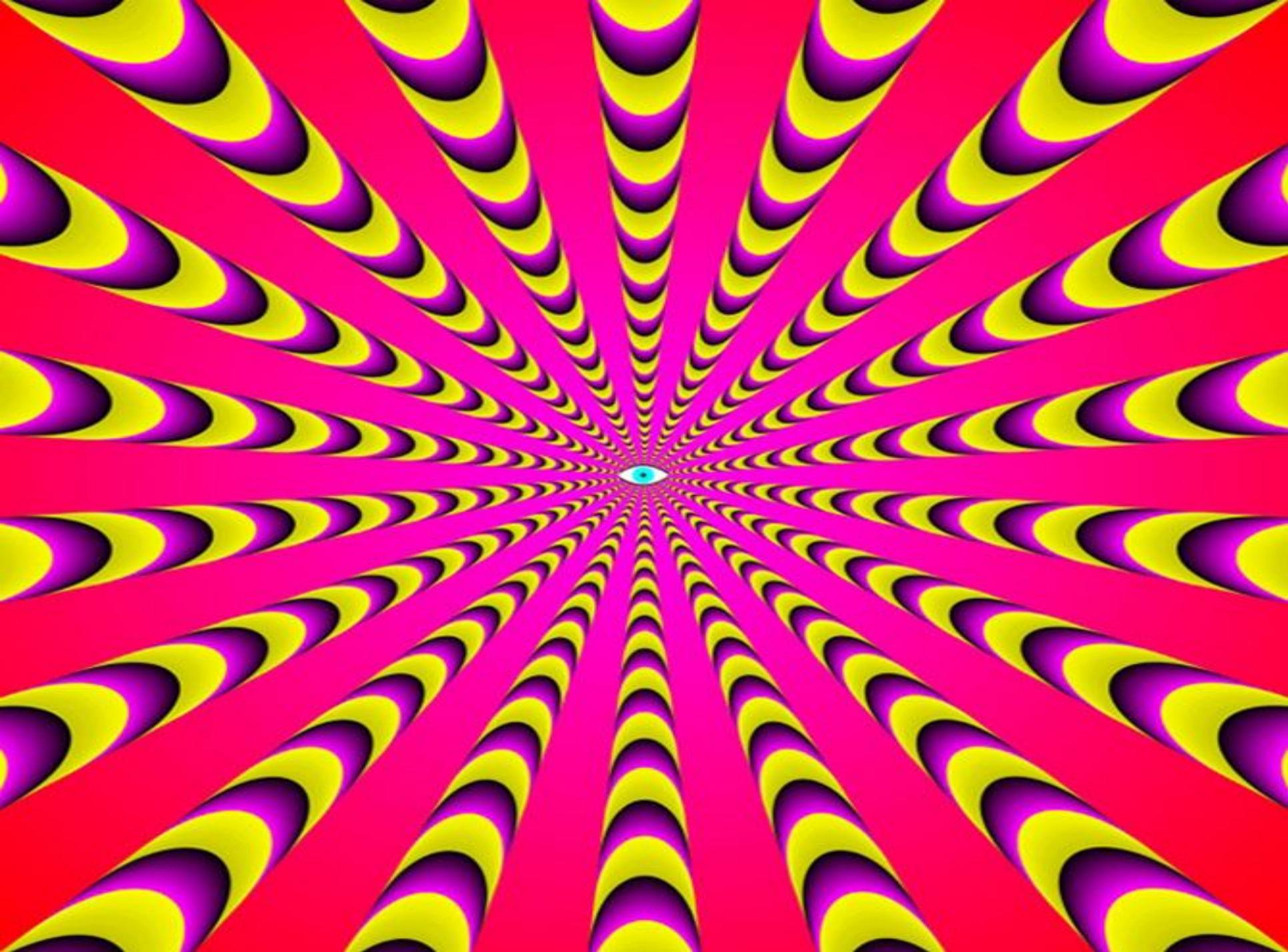
- Экспериментальные исследования показали, что внимание подвержено периодическим произвольным колебаниям. Периоды таких колебаний, по Н. Н. Ланге, равны обычно двум-трем секундам, доходя максимум до 12 секунд. Если прислушиваться к тиканью часов и пытаться сосредоточиться на нем, то оно будет то слышно, то не слышно. Иной характер носят колебания нашего внимания при наблюдении более сложных фигур, — в них попеременно то одна, то другая часть будет выступать как фигура. Такой эффект, например, дает изображение усеченной пирамиды; если присматриваться к ней в течение некоторого времени, то она будет поочередно казаться то выпуклой, то вогнутой



- Впрочем, колебания можно снять, если не просто рассматривать фигуру, а поставить перед собой новую, более сложную задачу. Представим себе, что перед нами изображение комнаты, которую необходимо обставить: справа поставим стол и стулья, слева на стену хорошо бы повесить картину, на пол постелить ковер, на потолок - хорошо бы люстру и т. д. Пока вы «обставляете» комнату, колебаний внимания не будет... Из этого опыта можно сделать выводы, касающиеся сохранения устойчивости внимания: необходима внешняя и внутренняя активность личности, надо ставить перед собой все новые и новые, задачи.

# Концентрация внимания

- под концентрацией внимания подразумевается степень или интенсивность сосредоточенности внимания,
- проявляется в различиях, которые имеются в степени сосредоточенности внимания на одних объектах и его отвлечении от других. Человек, к примеру, может сосредоточить свое внимание на чтении какой-либо интересной книги, на занятии каким-либо увлекательным делом и не замечать ничего, что происходит вокруг. При этом его внимание может быть сконцентрировано на определенной части читаемого текста, даже на отдельном предложении или слове, а также более или менее распределено по всему тексту.
- А.А.Ухтомский полагал, что концентрация внимания связана с особенностями функционирования доминантного очага возбуждения в коре, он считал, что концентрация является следствием возбуждения в доминантном очаге при одновременном торможении остальных зон коры головного мозга.



## Устойчивость внимания

- проявляется в способности в течение длительного времени сохранять сосредоточение внимания на каком-либо объекте, предмете деятельности, не отвлекаясь и не ослабляя внимание.
- Устойчивость внимания особое значение для достижения успеха в любой деятельности, она характеризует глубину, длительность, интенсивность психической деятельности человека. Именно устойчивость отличает людей, страстно увлеченных делом, умеющих ради основного отключиться от многочисленных побочных раздражителей. Устойчивость внимания зависит от ряда условий: степень трудности материала и знакомства с ним, его понятность, отношение к нему со стороны субъекта, а также индивидуальные особенности личности.

Устойчивость внимания может определяться разными причинами:

- одни из них связаны с индивидуальными физиологическими особенностями человека, в частности, со свойствами его нервной системы, общим состоянием организма в данный момент времени;
- другие характеризуют психические состояния (возбужденность, заторможенность и т.п.),
- третьи соотносятся с мотивацией (наличием или отсутствием интереса к предмету деятельности, его значимостью для личности),
- четвертые - с внешними обстоятельствами осуществления деятельности.

Устойчивость внимания как и концентрация противостоят колебанию внимания, преодолевая, притупляя его.

9	5	11	23	20
14	25	17	19	13
16	21	7	3	1
18	12	6	24	4
22	15	10	2	8

14	18	7	24	21
22	1	10	9	6
16	5	8	20	11
23	4	25	3	15
19	13	17	12	2

21	12	7	1	20
6	15	17	3	18
19	4	8	25	13
24	2	22	16	5
9	14	11	23	10

6	1	18	22	14
12	10	15	3	25
2	20	5	23	13
16	21	8	11	24
9	4	17	19	7

Таблицы Шульте

# Бланк корректирующей пробы для взрослых (тест Бурдона)

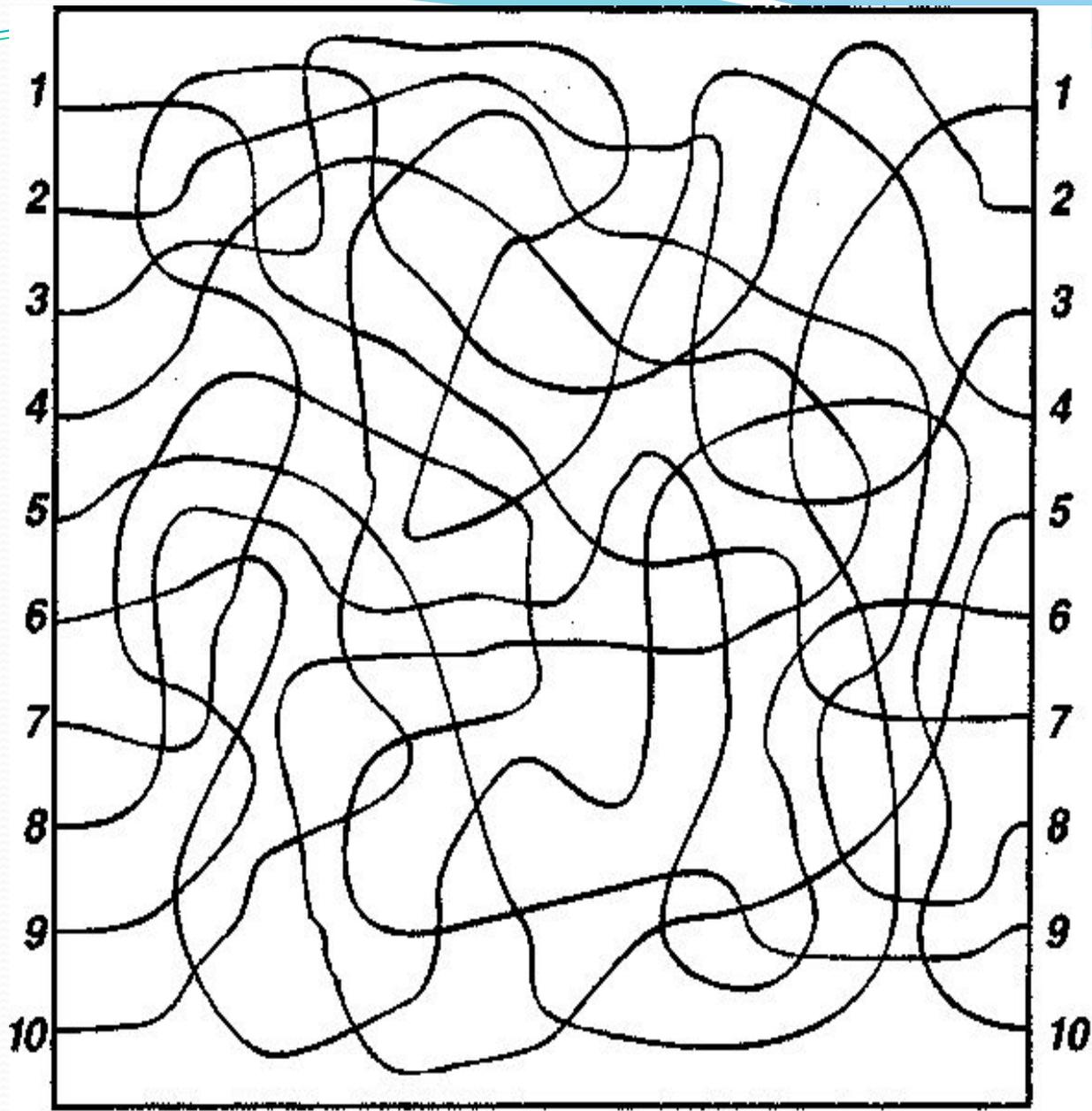
8 7 3 5 2 9 7 5 2 1 1 6 7 5 4 1 2 2 9 7 6 9 0 3 4 3 5 4 2 6  
1 1 4 1 6 4 8 9 8 2 4 0 5 3 2 7 5 2 1 9 5 5 0 2 5 2 2 8 6 3  
5 5 2 2 4 7 2 9 2 6 6 5 4 7 3 3 0 4 2 2 3 5 0 1 1 9 5 2 8 8  
6 6 0 5 5 2 8 7 3 2 2 7 0 6 2 6 9 0 5 3 6 1 9 8 2 2 4 4 4 0  
1 9 5 2 2 7 6 4 4 5 9 9 5 0 8 8 7 2 8 6 3 1 9 0 3 8 2 2 7 9 -  
5 1 2 8 8 7 5 7 5 6 8 7 3 5 7 2 6 8 9 6 4 2 2 1 0 8 6 6 4 5  
2 2 1 9 8 6 7 6 5 5 4 2 8 7 6 8 6 4 7 2 2 1 9 3 3 8 4 5 2 1  
1 6 7 9 4 4 2 2 8 3 3 7 7 2 6 6 7 2 3 3 0 9 4 2 9 9 0 6 6 1  
3 5 5 7 8 4 4 2 2 6 7 3 9 8 1 4 8 7 6 5 4 2 1 3 9 8 7 6 3 6  
5 5 2 2 7 9 8 3 3 1 5 6 6 3 3 9 8 7 9 8 8 5 6 4 7 2 1 3 0 0 --  
9 8 2 1 4 4 6 5 3 0 0 9 8 2 1 4 4 6 5 0 1 6 9 8 3 5 5 4 4 1  
2 5 4 7 8 8 3 0 6 1 2 7 5 8 9 6 2 2 7 8 3 4 5 9 8 2 7 5 6 5  
2 1 1 9 8 3 6 3 5 4 4 3 7 7 6 2 1 1 2 3 6 5 7 8 5 9 9 5 1 8  
7 6 4 5 2 9 8 3 0 0 5 2 2 1 9 7 7 4 1 7 4 1 7 6 6 0 3 3 9 8  
4 7 6 2 1 2 2 6 3 0 7 7 9 4 5 6 9 6 7 5 2 3 2 7 8 1 0 3 7 0 -  
1 6 2 5 4 6 7 9 8 2 1 4 3 0 0 8 3 3 5 4 7 2 2 9 7 6 6 5 1 0  
1 4 2 5 5 2 5 7 7 0 9 9 3 3 4 5 6 2 1 1 6 8 7 4 6 3 6 3 7 8  
2 1 0 1 9 8 7 6 5 2 9 3 1 0 0 8 7 4 4 1 3 8 9 8 4 1 1 0 8 8  
7 4 3 8 7 3 5 2 9 7 5 2 1 1 6 7 5 4 1 2 2 9 7 6 9 0 3 3 4 3  
3 5 4 2 6 4 1 6 4 8 9 8 2 4 0 5 3 2 7 5 2 1 9 5 5 0 2 5 2 2 --  
8 6 3 5 5 2 2 4 7 2 9 2 6 6 5 4 7 3 3 0 4 2 2 3 5 0 1 1 9 5  
2 8 8 6 6 0 5 5 2 8 7 3 2 2 7 0 6 2 6 9 0 5 3 6 1 9 8 2 2 4  
4 0 1 9 5 2 2 7 6 4 4 5 9 9 5 0 8 8 7 2 8 6 3 1 9 0 3 8 2 2  
7 9 5 1 2 8 8 7 5 7 5 6 8 7 3 5 7 6 8 9 6 4 2 2 1 0 8 8 6 4  
5 2 2 1 9 8 6 7 6 5 5 4 2 2 8 7 6 8 6 4 7 2 2 1 9 3 3 8 4 5 -  
2 8 1 6 7 9 4 4 2 2 8 3 3 7 7 2 6 6 7 2 3 3 0 9 4 2 9 9 0 6  
6 1 3 5 5 7 8 4 4 2 2 6 7 3 9 8 1 4 8 7 6 5 4 2 1 3 9 8 7 6  
3 6 5 5 2 2 7 9 8 3 3 1 5 6 6 3 3 9 8 7 9 8 8 5 6 4 7 2 1 1  
3 0 0 9 8 2 1 4 4 6 5 3 0 0 8 2 1 4 4 6 5 3 0 1 6 9 8 3 5 5  
4 4 1 2 5 4 7 8 8 3 0 6 1 2 7 5 8 9 6 2 2 7 8 3 4 5 9 8 2 7 --  
5 6 5 2 1 1 9 8 3 6 3 5 4 4 3 7 7 6 2 1 1 2 3 6 5 7 8 5 9 9  
5 1 8 7 6 4 5 2 9 8 3 0 0 5 2 2 1 9 7 7 4 1 7 4 1 7 6 6 0 3  
3 9 8 4 7 6 2 1 2 2 6 3 0 7 7 9 4 5 6 9 6 7 5 2 3 7 8 1 0 0  
3 7 0 1 6 2 5 4 6 7 9 8 2 1 4 3 0 0 8 3 5 4 7 2 2 9 7 6 6 5  
1 4 0 1 4 2 5 5 2 5 7 7 0 9 9 3 3 4 5 6 2 1 1 6 8 7 4 6 3 6 -  
3 7 8 2 1 0 1 9 8 7 6 5 2 9 3 1 0 0 8 7 4 4 1 3 8 9 8 4 1 1

Одной чертой «-» отмечены деления по 5 строк, двумя «--» - по 10 строк. Всего — 36 строк. В каждой строке — 30 символов. Всего — 1080 символов.

## Тест — «корректирующая проба»

с х к е х в х в е к н е и е н а е к х е к н а и в к в е с в  
с в е с н а и с а н в с н х а е с х а и с н а е е к и н и  
к е и х н в х а к е с н а и к к в с к и в и е х а е к в с и  
е а е с к с е а и к о с н к е х в к в и м х а к с х е  
с н а и к в и х к в к е в с к с н х и а с н а к с х к х в  
а е н а к с х к и в х н и к и с н а и в е с н а и в е с н а п н е х с х  
в и е в к е в к н е х е и с н а и н х в к с и с н а и а в х  
е к н а к с н и с н е и с а в и е х к в х е и в н а к и с х к  
а е к х е в с к х е а х а н и с н к в е в е с н а и с е к х  
е в е н с н а е а и с н к в е х и к х н к е а и с н а е а к  
в х в и с н а е н е к а н в е к е х к е и с н е с а с и к в  
с а е и i с н а и н к е н в и в н а е и с н в и а е в а е н  
в и к в с н а и е н е к х а в и х н в и х к х е х н в и с н  
а н с е с х к в а и с н а с а в к х с н е и с х и х е к а с  
к е в к в н а и с н а и с н к е в к х а в с и а к к а с е с  
с н а и с в к н е в е в н к н с н e i с н а и с н к в к н в  
к е и в к а и с н а с н а и с н а к в н н а к с н а и е н а  
и к н к в с к в е в к н и e с а в и e н e в н а и e n с e в  
и в а к с в e и к с н а в а к e с в и к e с и к с в к и e с  
а в e и в и e n а к а н в и и в н а н и e n a i k в и с а к  
а и с н а e i k в e n в н к e a i s н к а и к н в e в н к в  
в н e с н a i s к e s i k n a e s н к н к в и н к а к с e n  
п а к с в e e v e a i s n a s n a s н к и в к н к e к н в и s н к  
в и s н a i n a в и к н s n a i s в и к н в a i s n a n e k e  
с н i s n a i k a e n k i s n a i k n e k e i s n a n k e k  
к a i s в e k в н n a i s n e k n i s n a k s к в н к в н  
н e i n a i n n k n k i k i k n e k в к i s в н i n a k n i  
с n a i s a i s n a в н в к n n i s н в n e k в н i в n e i  
и s n e в n a к в н n i в s n a в s a в s n a e k e a n в к  
с n a в s n e в i n n a i s i n в n в к s s n a i s в n в n





# Переключаемость внимания

понимается как его перевод с одного объекта на другой, с одного вида деятельности на иной. Данная характеристика человеческого внимания проявляется в скорости, с которой он может переводить свое внимание с одного объекта на другой, причем такой перевод может быть как непроизвольным, так и произвольным. В первом случае индивид невольно переводит свое внимание на что-либо такое, что его случайно заинтересовало, во втором - сознательно, усилием воли заставляет себя сосредоточиться на каком-нибудь, даже не очень интересном самом по себе объекте.

Переключаемость внимания означает способность быстро ориентироваться в сложной изменяющейся ситуации.

Легкость переключения у разных людей различна и зависит от целого ряда условий (прежде всего соотношение между предшествующей и последующей деятельностью и отношение субъекта к каждой из них). Чем интересней деятельность, тем легче на нее переключиться и наоборот.

Переключаемость относится к числу хорошо тренируемых качеств.

Переключаемость внимания, если она происходит на произвольной основе, может свидетельствовать о его неустойчивости, но такую неустойчивость не всегда есть основание рассматривать как отрицательное качество. Она нередко способствует временному отдыху организма, анализатора, сохранению и восстановлению работоспособности нервной системы и организма в целом.

С переключаемостью внимания функционально связаны два разнонаправленных процесса: включение и отвлечение внимания. Первый характеризуется тем, как человек переключает внимание на нечто и полностью сосредотачивается на нем; второй - тем, как осуществляется процесс отвлечения внимания.

Все три обсуждаемые характеристики внимания (концентрация, устойчивость и переключаемость) связаны со специальными свойствами нервной системы человека, такими, как лабильность, возбудимость и торможение. Соответствующие свойства нервной системы непосредственно определяют качества внимания, особенно произвольного, и поэтому их следует рассматривать в основном, как природнообусловленные.

Таблица Шульте-  
Горбова

8	2	24	23	15	2	11
5	5	12	1	24	10	23
12	21	17	22	9	19	6
22	11	7	18	13	3	9
6	4	16	20	18	16	8
13	1	21	4	10	25	20
15	3	19	17	7	14	14

## Распределение внимания

его следующая характеристика. Она состоит в способности рассредоточить внимание на значительном пространстве, параллельно выполнять несколько видов деятельности или совершать несколько различных действий. Заметим, что, когда речь идет о распределении внимания между разными видами деятельности, это не всегда означает, что они в буквальном смысле слова выполняются параллельно. Такое бывает редко, и подобное впечатление создается за счет способности человека быстро переключаться с одного вида деятельности на другой, успевая возвращаться к продолжению прерванного до того, как наступит забывание.

Хрестоматийным примером служат феноменальные способности Юлия Цезаря, который, согласно преданию, мог одновременно делать семь не связанных между собой дел. Известно также, что Наполеон мог одновременно диктовать своим секретарям семь ответственных дипломатических документов.

Однако, как показывает жизненная практика, человек способен выполнить только один вид сознательной психической деятельности, а субъективное ощущение одновременности выполнения нескольких обязано быстрому последовательному переключению с одной на другую. Еще В.Вундтом было показано, что человек не может сосредоточиваться на двух одновременно предъявляемых раздражителях.

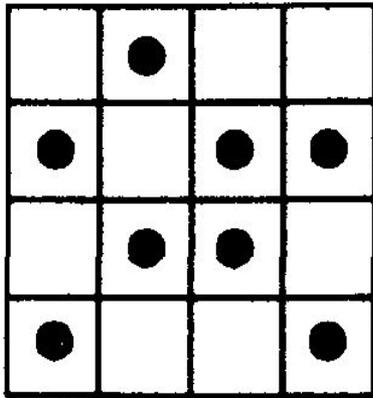
Однако иногда человек действительно способен выполнять одновременно два вида деятельности. На самом деле, в таких случаях один из видов выполняемой деятельности должен быть полностью автоматизирован и не требовать внимания. Если же это условие не соблюдается, совмещение деятельности невозможно.

Распределение внимания зависит от психологического и физиологического состояния человека. При утомлении, в процессе выполнения сложных видов деятельности, требующих повышенной концентрации внимания, область его распределения обычно сужается.

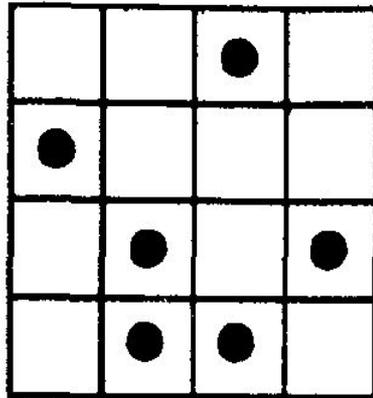
## Объем внимания

Под объемом внимания понимается количество объектов, которые человек может охватить с достаточной легкостью одновременно. Известно, что человек не может одновременно думать о разных вещах и выполнять разнообразные работы. Это ограничение вынуждает дробить поступающую информацию на части, не превышающие возможности обрабатывающей системы. Объем внимания - это такая его характеристика, которая определяется количеством информации, одновременно способной сохраняться в сфере повышенного внимания (сознания) человека. Численная характеристика среднего объема внимания людей 5-7 единиц информации. Она обычно устанавливается посредством опыта, в ходе которого человеку на очень короткое время предъявляется большое количество информации. То, что он за это время успевает заметить, и характеризует его объем информации. Поскольку экспериментальное определение объема информации связано с кратковременным запоминанием, то его нередко отождествляют с объемом кратковременной памяти.

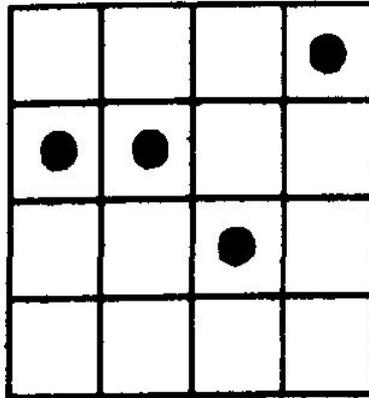
7



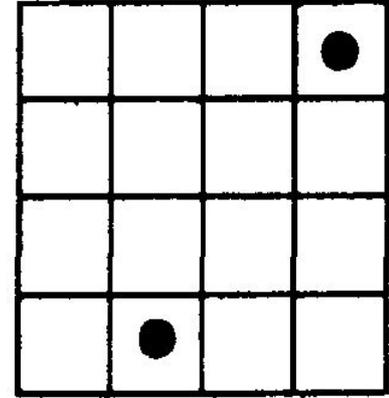
5



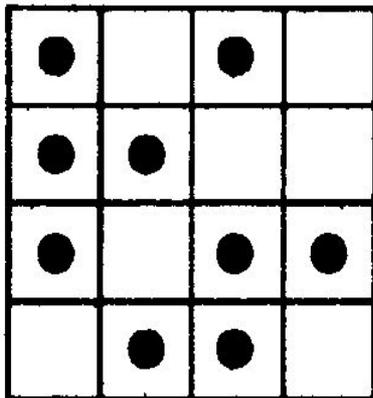
3



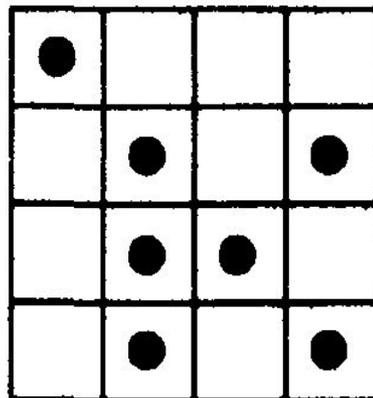
1



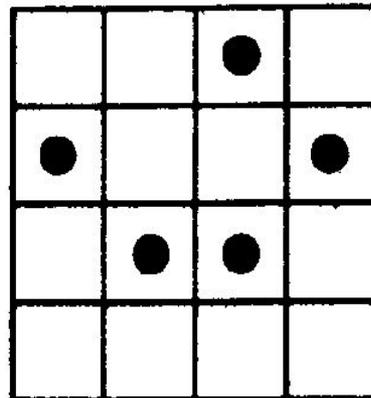
8



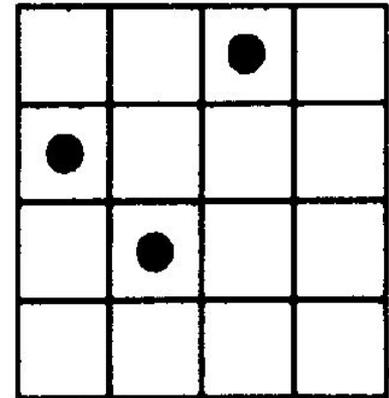
6



4



2



- Понятие объем внимания очень близко также к понятию объем восприятия и широко применяемые в литературе понятия поля ясного внимания и поле неясного внимания очень близки к понятиям центра и периферии зрительного восприятия, в отношении которого они были подробно изучены. Однако количество находящихся в поле нашего внимания связанных между собой элементов, объединенных в осмысленное целое, может быть много больше. Объем внимания, поэтому является изменчивой величиной, зависящей от того, насколько связано между собой содержание, на котором сосредоточивается внимание, и от умения осмысленно связывать и структурировать материал. Последнее обстоятельство необходимо учитывать в педагогической практике, систематизируя предъявляемый материал таким образом, чтобы не перегружать объем внимания учащихся.

Рассмотренные свойства не принадлежат просто самому вниманию как процессу. В свойствах внимания выражаются особенности личности. В зависимости от всего склада психической жизни формируется **внимательность личности**. По характеру внимания людей разделяют на внимательных, невнимательных и рассеянных.

**Внимательность** как черту личности следует отличать от психических состояний.

Состояние обостренной внимательности возникает у человека, попадающего в новую обстановку, необычную для него. Для **состояния внимательности** характерны обострения чувствительности, ясность мысли, эмоциональный подъем, увеличение скорости психической реакции, вызванное волевой мобилизацией сил, собранностью и готовностью к действию. Состояние внимательности, как и все психические состояния, – явление преходящее. Изменяется ситуация, и человек возвращается к своему обычному стилю внимания. Внимание, как черта личности, т.е. внимательность **Шабалин С.Н.** определяет, прежде всего, соотношением в действительности видов внимания. Преобладание произвольного и послепроизвольного внимания характерно для волевого, целеустремленного человека, который ясно осознает, что и зачем ему нужно. В этом случае недостатки в отдельных качествах внимания (медленная переключаемость, слабое распределение) компенсируются.

**Внимательность как свойство личности** предполагает очень высокую степень развития произвольного и непроизвольного внимания, а также высокий уровень развития у человека устойчивости, распределяемости и переключаемости внимания.

Внимательность также предполагает определенное отношение человека к окружающим его людям, выражающееся не только в способности подмечать, но и активно реагировать на их психические состояния, проявлять чуткость.

Внимательность как черта характера влияет на протекание всех познавательных процессов и умственную деятельность в целом, положительно сказываясь на ее результатах.

Для воспитания внимательности имеет значение не только правильно организованный процесс в школе, но и определенный режим дня, способствующий развитию организованности и дисциплинированности школьника.



# Связь свойств внимания с различными профессиями

- **Объем** – количество объектов, которые могут быть охвачены вниманием одновременно.  
Профессии: машинистка, телеграфист, стенографист, диктор, корректор, бухгалтер, экономист, агроном, оператор и др.
- **Концентрация** – степень сосредоточенности на объекте.  
Профессии: микробиолог, часовой, мастер, хирург, скульптор, токарь и др.
- **Устойчивость** – длительное сосредоточение внимания на объекте.  
Профессии: чертежник, художник, фрезеровщик, швея, конструктор и др.
- **Переключение** – намеренный перенос внимания с одного объекта на другой.  
Профессии – воспитатель детского сада, следователь, продавец, водитель, учитель и др.
- **Распределение** – возможность удерживать в сфере внимания одновременно несколько объектов; выполнять несколько различных видов действий.  
Профессии: летчик, диспетчер сложных систем, оператор, педагог, водитель, наладчик и др.



## **8. Нарушения внимания.**

# Невнимательность

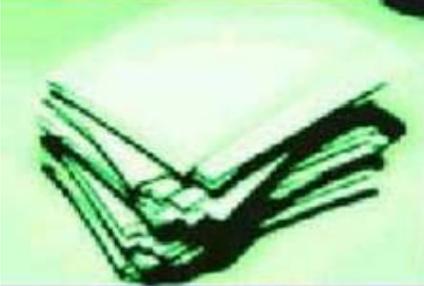
В детском возрасте очень часто отмечается невнимательность, чаще всего это еще недостаточная развитость внимания. Но это может быть и патология в развитии внимания – в этом случае необходима своевременная коррекция.

Невнимательность требует коррекции, если перечисленные ниже признаки проявляются у ребенка в течение шести и более месяцев:

- – неумение сосредоточиться на деталях, ошибки по невнимательности;
- – неспособность удерживать внимание и вслушиваться в обращенную к нему речь;
- – частая отвлекаемость на посторонние раздражители;
- – беспомощность в доведении задания до конца;
- – отрицательное отношение к заданиям, требующим напряжения, забывчивость (ребенок не способен сохранить в памяти инструкцию к заданию на протяжении его выполнения)
- – потеря предметов, необходимых для выполнения задания.

# Проблема невнимательности детей

- Синдром дефицита внимания с гиперактивностью.
- Хронические соматические заболевания, болезненность ребенка.
- Индивидуальные особенности нервной системы.
- Переутомление и перегрузки.
- Возрастные ограничения в развитии внимания.
- Недостаточная мотивация выполнения деятельности.



# Отвлекаемость внимания

- это непроизвольное перемещение внимания с одного объекта на другой, оно возникает при действии посторонних раздражителей на человека, занятого в этот момент какой-либо деятельностью.
- ❖ Отвлекаемость может быть **внешней** и **внутренней**.
- **Внешняя отвлекаемость** возникает под влиянием внешних раздражителей. Наиболее отвлекают предметы или явления, которые появляются внезапно и действуют с меняющейся силой и частотой. В ответ на эти раздражители у человека появляется трудноугасаемый ориентировочный рефлекс.
- **Внутренняя отвлекаемость** внимания возникает под влиянием сильных переживаний, посторонних эмоций, из-за отсутствия интереса и чувства ответственности за дело, которым в данный момент занят человек. Чтобы ребенок мог внимательно и успешно учиться, следует устранять из его жизни, отвлекающие от занятий отрицательные переживания: страх, гнев, обиды, чувство оскорбленного достоинства и пр. Воспитание у школьников стойкого и глубокого интереса к знаниям также является важным условием борьбы с отвлекаемостью внимания.

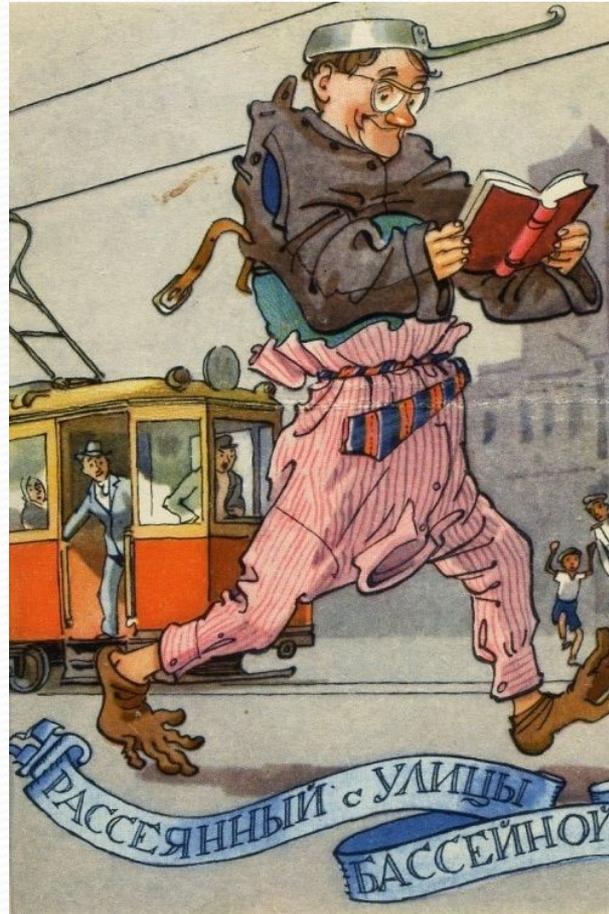
Физиологической основой внешней отвлекаемости внимания является отрицательная индукция процессов возбуждения и торможения, вызванная действием внешних раздражителей, не имеющих отношения к выполняемой деятельности.

При внутренней отвлекаемости внимания, обусловленной сильными чувствами или желаниями, в коре мозга появляется мощный очаг возбуждения; с ним не может конкурировать более слабый очаг, соответствующий объекту внимания; по закону отрицательной индукции в нем возникает торможение. В случаях внутренней отвлекаемости, обусловленной отсутствием интереса, она объясняется запредельным торможением, развивающимся под влиянием утомления нервных клеток скучной монотонной работой.

# Инертность внимания

- Инертность внимания – малая подвижность внимания, патологическая ее фиксация на ограниченном круге представлений и мыслей.
- Чаще всего проявляется как затрудненность переключения внимания.

# Рассеянность



Рассеянностью обычно называют *два разных явления*.

- **Во-первых**, часто рассеянностью называют результат чрезмерного углубления в работу, когда человек ничего не замечает вокруг себя — ни окружающих людей и предметов, ни разнообразных явлений и событий. Этот вид рассеянности принято называть **мнимой рассеянностью** поскольку это явление возникает в результате большой сосредоточенности на какой-либо деятельности. Мнимая рассеянность – результат большой сосредоточенности и узости внимания. Иногда ее называют «профессорской», так как она встречается у людей этой категории. Внимание ученого может быть настолько сконцентрировано на занимающей его проблеме, что он не отвечает невпопад.
- Мнимая рассеянность – это невнимание человека к непосредственно окружающим предметам и явлениям, вызванная крайней сосредоточенностью его внимания на каком-то предмете. Физиологической основой рассеянности является мощный очаг возбуждения в коре головного мозга, вызывающий торможение в окружающих его участках коры по закону отрицательной индукции.



- «При сосредоточенном думании, – писал **И.П. Павлов**, – при увлечении каким-нибудь интересным делом мы не видим и не слышим, что около нас происходит, – явная отрицательная индукция».

Совсем **другой вид рассеянности** наблюдается в тех случаях, когда человек не в состоянии ни на чем долго сосредоточиться, когда он постоянно переходит от одного объекта или явления к другому, ни на чем не задерживаясь. Этот вид рассеянности называется **подлинной рассеянностью**.

Произвольное внимание человека страдающего подлинной рассеянностью, отличается крайней неустойчивостью и отвлекаемостью. Человек, страдающий рассеянностью этого рода, с трудом устанавливает и удерживает произвольное внимание на каком-либо объекте или действии. Для этого ему требуется значительно больше волевых усилий, чем человеку нерассеянному. Произвольное внимание рассеянного человека неустойчиво, легко отвлекаемо.

- Физиологически подлинная рассеянность объясняется недостаточной силой внутреннего торможения. Возбуждение, возникающее под действием речевых сигналов, легко иррадирует, но с трудом концентрируется. В результате этого в коре мозга рассеянного человека создаются неустойчивые очаги оптимальной возбудимости.

# Причины подлинной рассеянности

- Причиной может быть общее расстройство нервной системы (неврастения), малокровие, болезни носоглотки, затрудняющие поступление воздуха в легкие и, следовательно, обедняющие кислородное питание мозговых клеток.
- Иногда рассеянность появляется в результате физического и умственного утомления и переутомления, тяжелых переживаний.
- Одной из причин рассеянности является перегрузка мозга большим количества впечатлений.
- Разбросанность интересов также может привести к рассеянности.
- Неправильный тип семейного воспитания: отсутствие определенного режима в занятиях, развлечениях и отдыхе ребенка, выполнение прихотей, освобождение от трудовых обязанностей.
- скучное преподавание, которое не будит мысль, не затрагивает чувств, не требует напряжения воли, – один из источников рассеянности учащихся.

**Ученическая рассеянность** проявляется как чрезвычайная подвижность и отвлекаемость внимания. Внимание непроизвольно перемещается с одного объекта на другой, не задерживаясь длительно ни на одном из них. Встречается у детей с СДВГ и некоторых видах психопатологии.

**Старческая рассеянность** плохая переключаемость в сочетании с недостаточно активной концентрацией, внимание застрекает на чем-либо, но при этом степень внимания невелика, и поэтому такое сосредоточение неэффективно[1].

Гештальтпсихологи в начале двадцатого века писали, что о рассеянности можно также говорить, как о **напряженном невнимании** к определенным действиям, мыслям, чувствам. Например, трудно сосредоточиться на определенных эмоциональных и аффективных состояниях, таких как гнев.

Также выделяют **моторное, когнитивное или избирательное невнимание**, например, к привычной обстановке, тиканию часов, биению сердца и т. д.

**Мотивационно-обусловленное невнимание**, когда человек старательно, но не всегда осознанно избегает каких-либо мест или людей, не думает об определенных темах. Такого рода рассеянность описывалась **З.Фрейдом** в его монографии «Психопатология обыденной жизни».

- **Детская гиперактивность** (греч. hyper – сверх + лат. activus – деятельный) — отклонение от возрастных норм онтогенетического развития. Характеризуется невнимательностью, отвлекаемостью, импульсивностью в социальном поведении и интеллектуальной деятельности и повышенной активностью при нормальном уровне интеллектуального развития. Все это приводит к слабой успеваемость в школе и низкой самооценке. Первые признаки гиперактивности могут наблюдаются в возрасте до 7 лет.

Обусловливание. Возникновение гиперактивности может быть обусловлено органическими поражениями центральной нервной системы (нейроинфекции, интоксикации, черепно–мозговые травмы), генетическими факторами, приводящими к дисфункции нейромедиаторных систем мозга и нарушениям регуляции активного внимания и тормозящего контроля.

# Паталогия внимания.

```
graph TD; A[Паталогия внимания.] --> B[Гипопрозексия]; A --> C[Гиперпрозексия]; A --> D[Парапрозексия];
```

## Гипопрозексия

Разнообразные варианты ослабления внимания.

## Гиперпрозексия

Внимание усилено, причем часто за счет односторонней его направленности.

## Парапрозексия

Извращение внимания, которое чаще понимается как его сосредоточение на объектах патологического характера (бред, галлюцинации).

***Маниакальный синдром*** (греч. mania – влечение, страсть и syndrome – сочетание) — психопатологический синдром, который характеризуется состояниями повышенного, эйфорического настроения и активности, ускорения мышления, вплоть до скачки идей. При этом возникают нарушения целенаправленной деятельности.

## 9. Развитие внимания в онтогенезе.



# Этапы развития детского внимания:

1. Первые недели – месяцы жизни. Появление ориентировочного рефлекса как объективного, врожденного признака непроизвольного внимания ребенка, сосредоточенность низкая;
2. Конец первого года жизни. Возникновение ориентировочно – исследовательской деятельности как средства будущего развития произвольного внимания.
3. Начало второго года жизни. Обнаружение зачатков произвольного внимания под влиянием речевых инструкций взрослого, направление взора на названный взрослым предмет.
4. Второй – третий год жизни - развивается первоначальная форма произвольного внимания. Распределение внимания между двумя предметами или действия детям в возрасте до трех лет практически недоступно;
5. Четыре с половиной – пять лет. Появление способности направлять внимание под влиянием сложной инструкции взрослого.

6. Пять – шесть лет. Возникновение элементарной формы произвольного внимания под влиянием самоинструкции (с опорой на внешние вспомогательные средства). Внимание наиболее устойчиво в активной деятельности, в играх, манипуляции предметами, при выполнении различных действий.
7. В 7-летнем возрасте развивается и совершенствуется внимание, включая волевое;
  - в старшем дошкольном возрасте происходят следующие изменения:
  - расширяется объем внимания;
  - возрастает устойчивость внимания;
  - формируется произвольное внимание.
- Объем внимания в значительной степени зависит от прошлого опыта и развития ребенка. Старший дошкольник способен удерживать в поле зрения небольшое количество предметов или явлений.
8. Школьный возраст. Дальнейшее развитие и совершенствование произвольного внимания, включая волевое.

В **младшем школьном возрасте** внимание ребенка становится произвольным, однако это происходит не сразу. Довольно долго, особенно в начальных классах, сильным и конкурирующим с произвольным остается непроизвольное внимание детей.

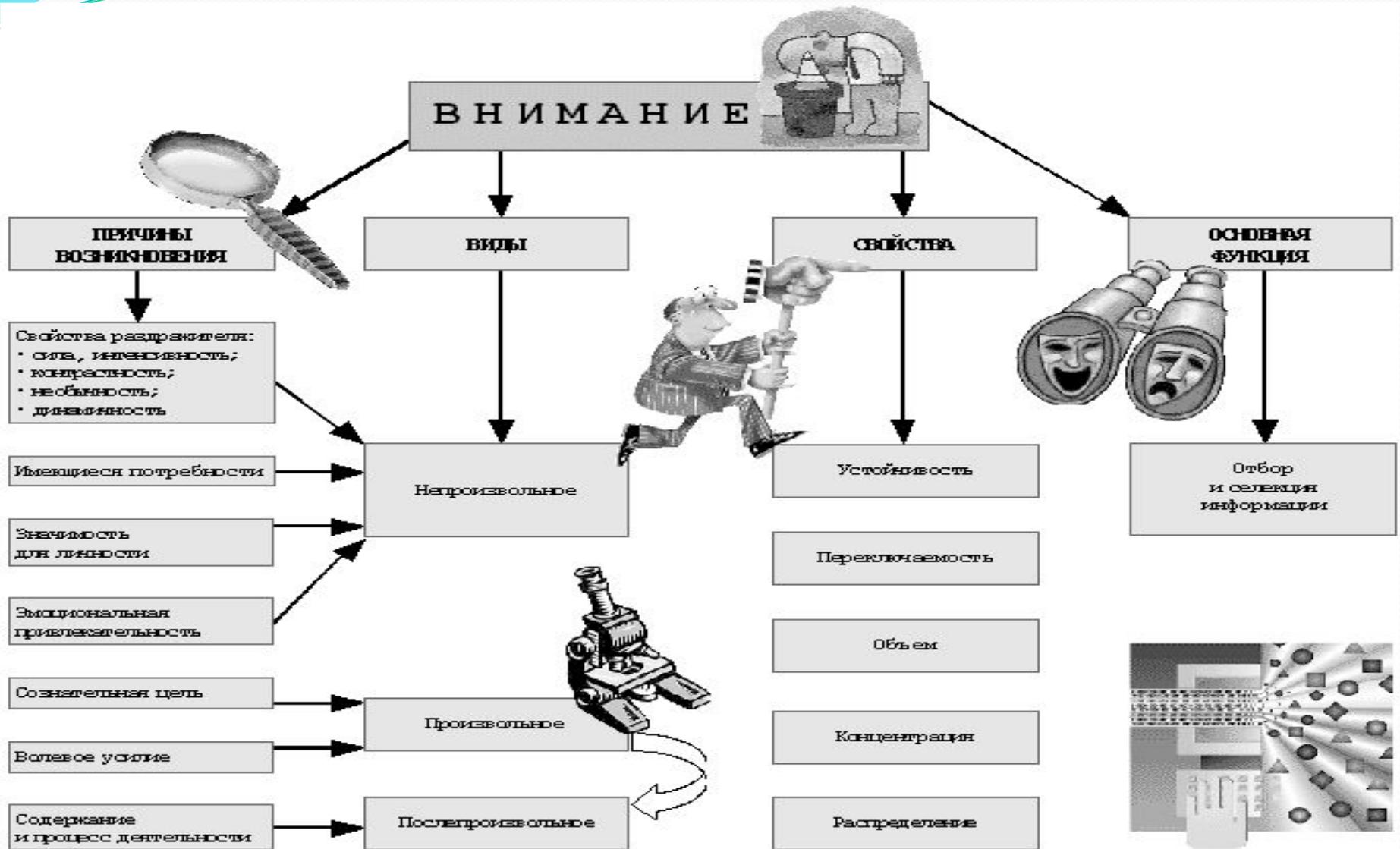
Вместе с этим происходит развитие и определенных свойств внимания ребенка, таких как объем и устойчивость, переключаемость и концентрация, а также произвольное внимание.

К возрасту 10–11 лет объем и устойчивость, переключаемость и концентрация произвольного внимания у детей почти такие же, как и у взрослого человека. При этом переключаемость у детей этого возраста развита существенно выше, чем средний ее показатель у взрослых. Вероятно, это обусловлено молодостью организма и подвижностью процессов в центральной нервной системе ребенка.

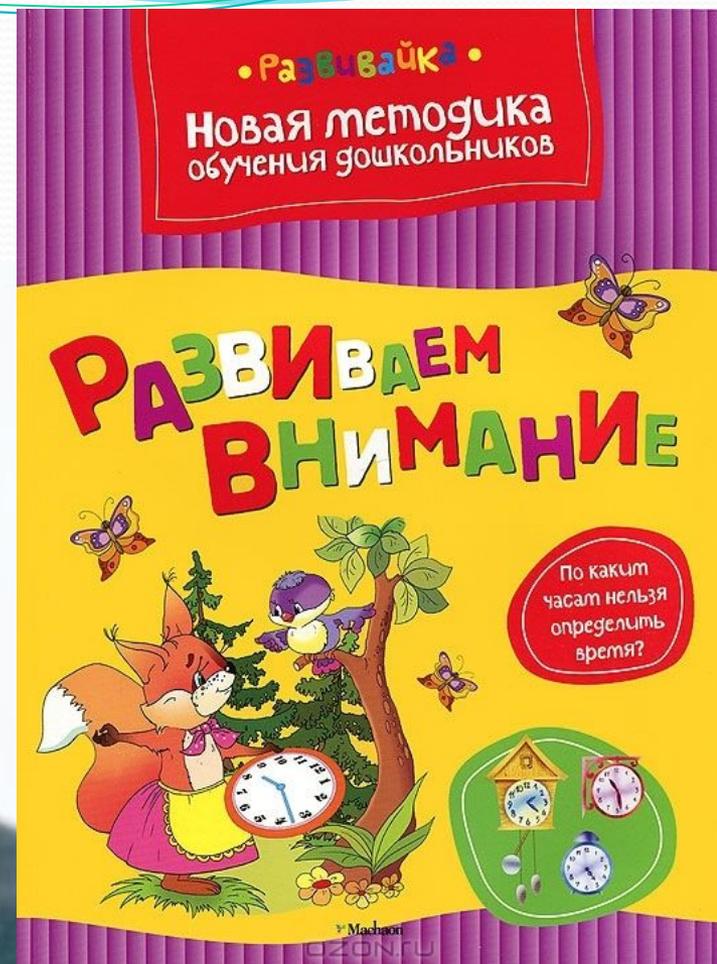
Младшие школьники могут переходить с одного вида деятельности к другому без особых затруднений и внутренних усилий. Однако и здесь внимание ребенка сохраняет еще некоторые признаки «детскости». Свои наиболее совершенные черты внимание у детей обнаруживает лишь тогда, когда предмет или явление, непосредственно привлечшие внимание, особенно интересны для ребенка.

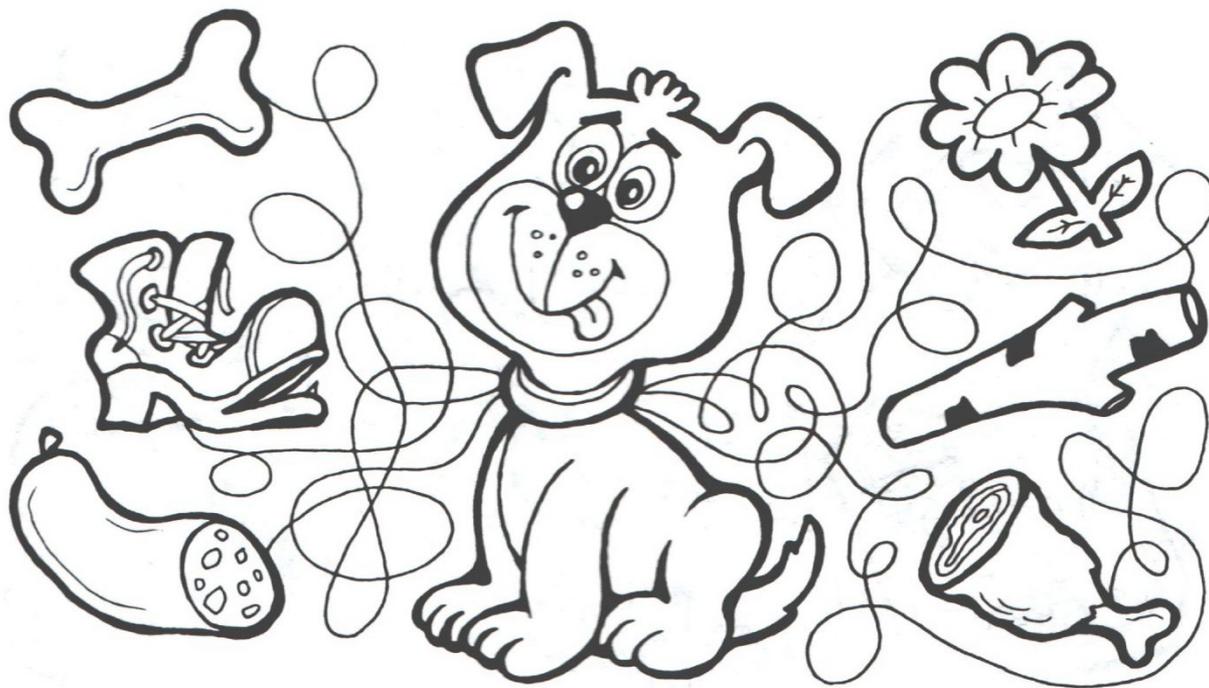
- Особую роль для развития произвольного внимания у ребенка играет школа и учебный процесс. В процессе школьных занятий ребенок дисциплинируется, у него формируется усидчивость, способность контролировать свое поведение. Следует отметить, что в школьном возрасте развитие произвольного внимания, также проходит определенные стадии.
- В начальных классах ребенок не может еще полностью контролировать свое поведение на уроках. У него по-прежнему превалирует непроизвольное внимание. Поэтому опытные учителя стремятся сделать свои занятия яркими, захватывающими внимание ребенка с периодической сменой методов подачи учебного материала. При этом следует помнить, что у ребенка в этом возрасте мышление наглядное. Поэтому, для того чтобы заинтересовать его, изложение учебного материала должно быть предельно наглядным. Постепенно, в процессе целенаправленной познавательной деятельности, внимание у детей младшего школьного возраста достигает весьма высокого уровня развития.

- 
- Наивысшего уровня развития внимание (произвольное и послепроизвольное, его основные свойства) достигает в подростковом и юношеском возрасте.



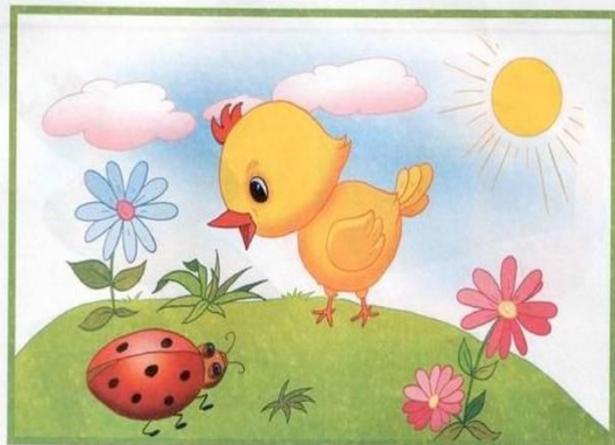
# Игры для развития внимания детей





Накорми щенка.

Чем отличаются картинки?

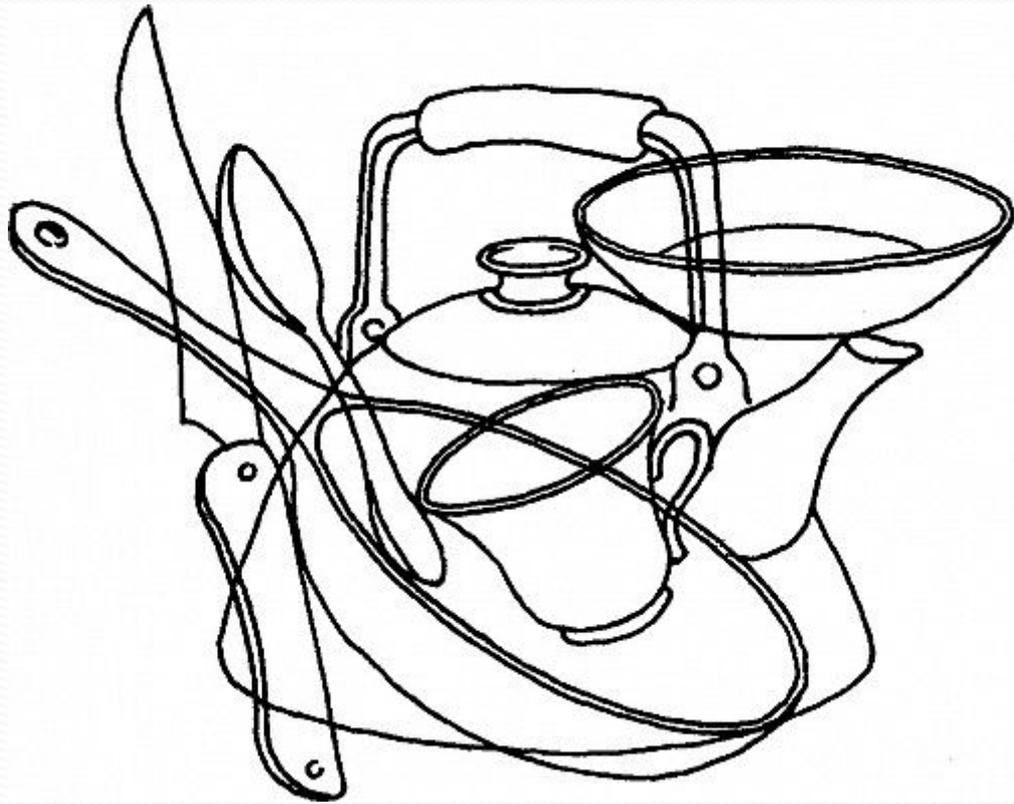


Найдите 10 отличий

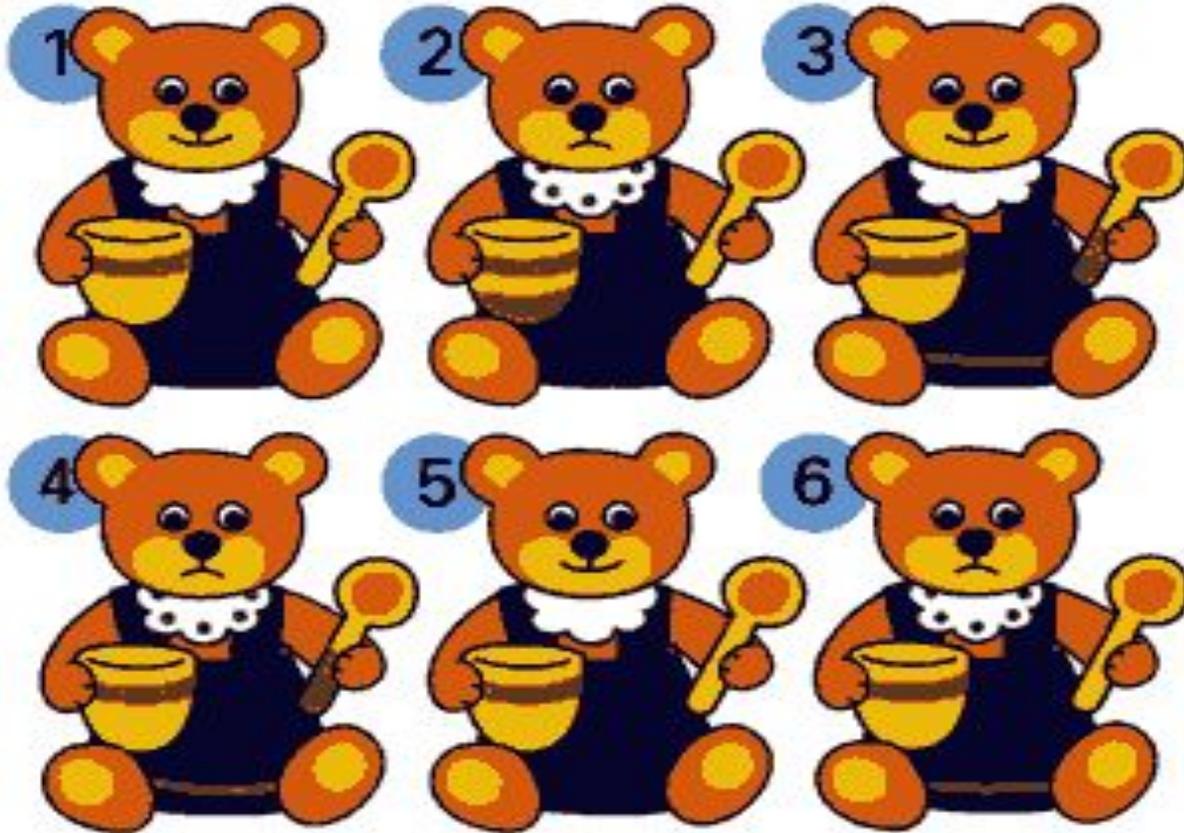


Отыщите два одинаковых растения





Отыщите двух одинаковых медвежат



Найди на рисунке пары одинаковых клоунов.



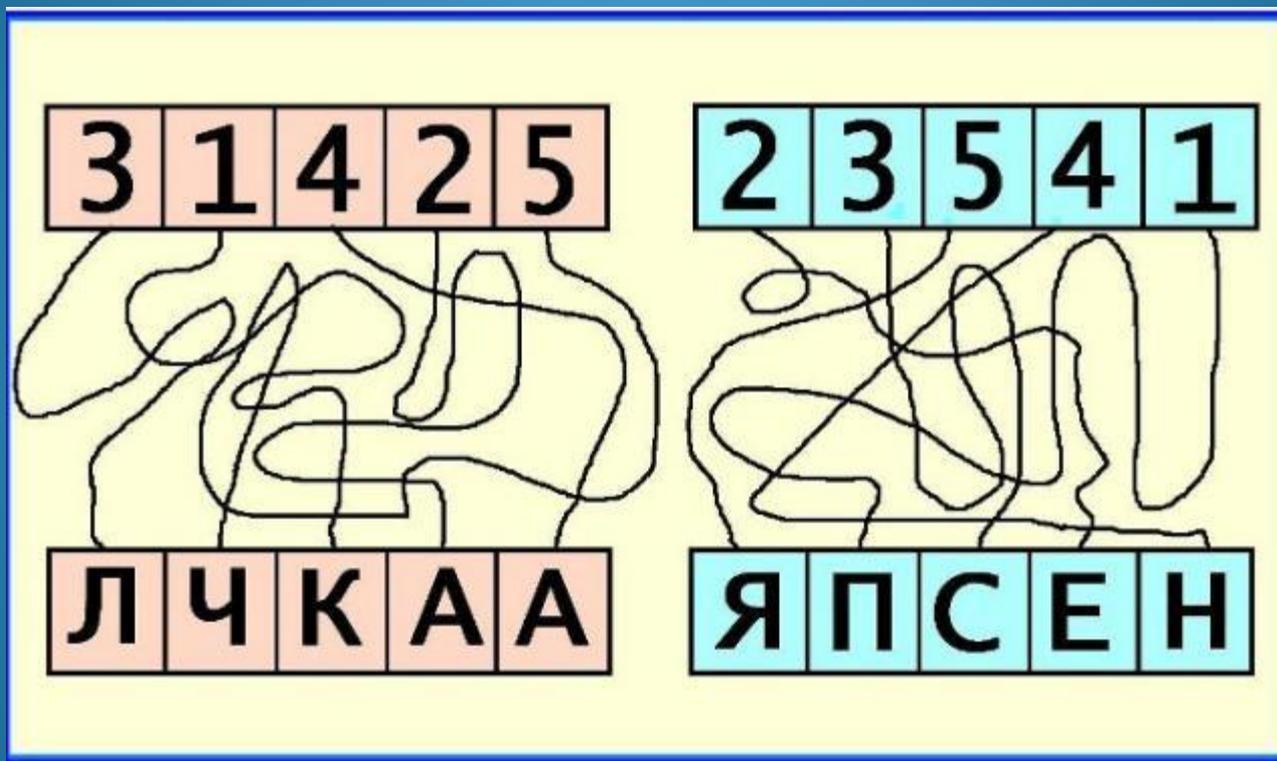
# Развитие Внимания

Найди и покажи на рисунке 8 лягушек.





# Игры на развитие внимания.



Какая буква соответствует какой цифре?  
Какие слова получились?

Спасибо за внимание!