

# Внимание



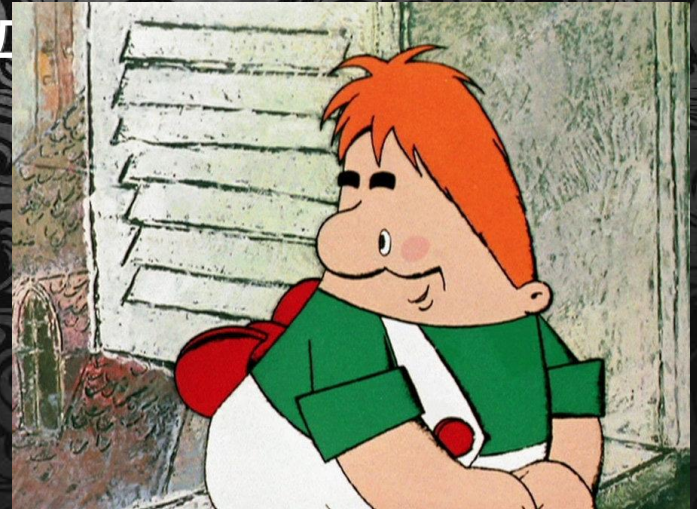
- *Внимание - это психический процесс, который обеспечивает направленность и сосредоточенность психики на определенных предметах и явлениях внешнего мира, образах, мыслях и чувствах самого человека*



Внешне внимание выражается в специфической позе, особой мимике, в движениях. Поза обычно характеризуется торможением движений, Направленностью органов чувств на объект, а при сосредоточенности на своих мыслях происходит разведение «отсутствующий взгляд».



Основная функция внимания состоит в отборе значимых для человека воздействий и игнорировании (торможении) несущественных, побочных воздействий. Другая важная функция внимания - это удержание, сохранение в сознании определенного предметного содержания до тех пор, пока не будет достигнута цель. Третья существенная функция внимания - регуляция и контроль протекания деятельности. С явлениями внимания связаны и такие сложные процессы как ожидание, установка, апперцепция и др.



# *Виды внимания*

1. Непроизвольное внимание представляет собой реакцию на раздражитель, оно не обусловлено волевым актом



# Непроизвольное внимание

Первичное  
внимание

Вторичное  
внимание

# Первичное непроизвольное внимание

- **Первичное непроизвольное внимание врожденное и является естественным проявлением безусловного ориентировочного рефлекса. В проявлении такого внимания играет роль сила раздражителя и его неожиданность (громкие звуки, яркий свет, резкий запах).**



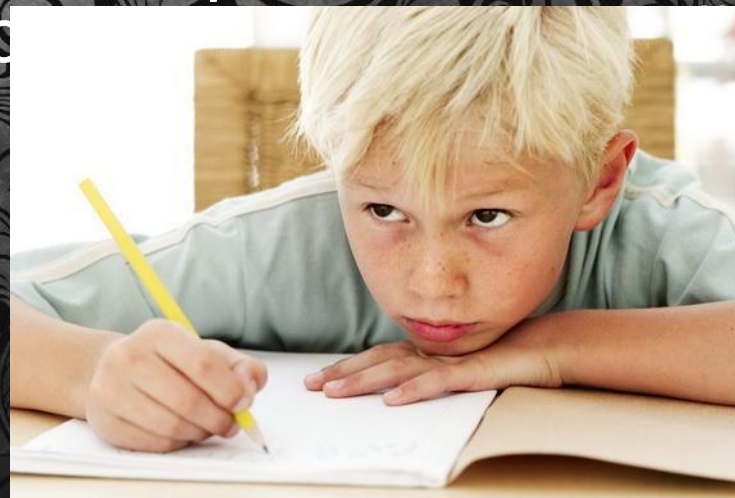
# Вторичное непроизвольное внимание

- Вторичное непроизвольное внимание также не требует волевого усилия внимание здесь привлекается не яркостью или необычностью предмета, а определенным его содержанием, которое отвечает направленности, интересам человека, т.е. постоянному ожиданию чего-либо.

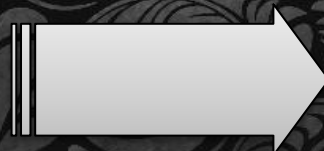
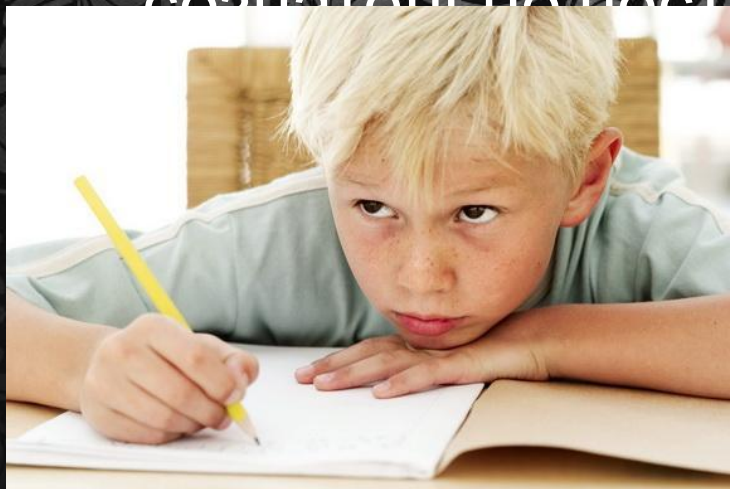




2. Произвольное внимание, так же как и вторичное непроизвольное внимание является социально опосредованным типом внимания, но оно тесно связано с волей человека, сознательно поставленной целью. В данном случае предполагается использование специальных приемов сосредоточения, организации своего восприятия или мыслей. Произвольное внимание у взрослого человека направляется прежде всего речевыми стимулами, т.е. оно тесно связано с речевой системой.



3. Послепроизвольное внимание возникает вслед за произвольным. Это значит, что человек сначала сосредоточивает сознание на каком-то предмете или деятельности (иногда даже с помощью немалых волевых усилий), а затем процесс вызывает нарастающий интерес, и внимание продолжает удерживаться уже без всякого волевого усилия. Таким образом, послепроизвольное внимание, появляясь вслед за произвольным, не может быть сведено к нему. Он является и вариантом непроизвольного внимания, так как связано с сознательно поставленной задачей.



# Свойства внимания

```
graph TD; A[Свойства внимания] --> B[Объем внимания]; A --> C[Устойчивость внимания]; A --> D[Концентрация внимания]; A --> E[Переключаемость внимания]; A --> F[Распределенность внимания]; A --> G[Отвлекаемость внимания];
```

A mind map diagram with a central orange rounded rectangle containing the text 'Свойства внимания'. Six red arrows point from this central box to six surrounding pink ovals, each containing a property of attention: 'Объем внимания', 'Устойчивость внимания', 'Концентрация внимания', 'Переключаемость внимания', 'Распределенность внимания', and 'Отвлекаемость внимания'. The background is a dark grey pattern of repeating floral and scrollwork motifs.

Объем  
внимания

Отвлекаемость  
внимания

Устойчивость  
внимания

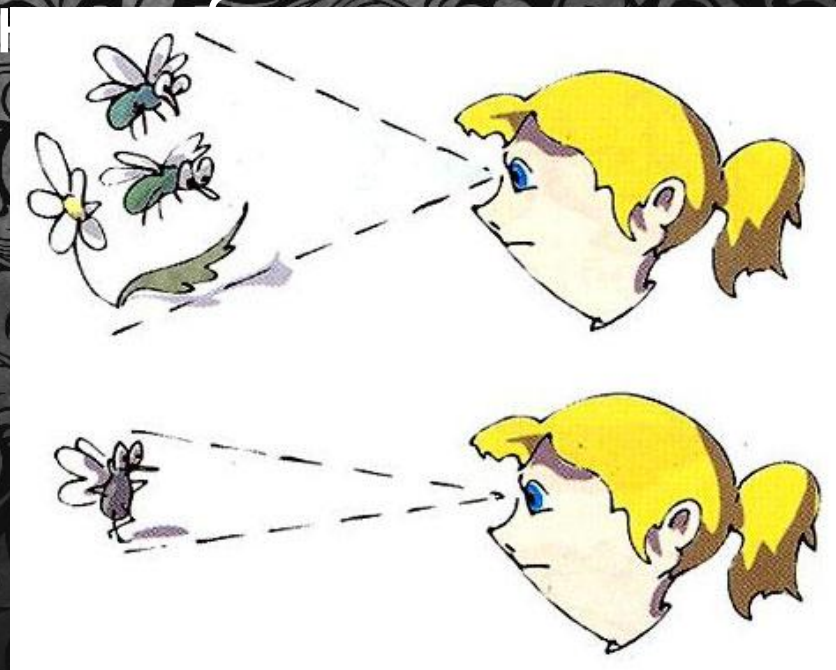
Распределенность  
внимания

Концентрация  
внимания

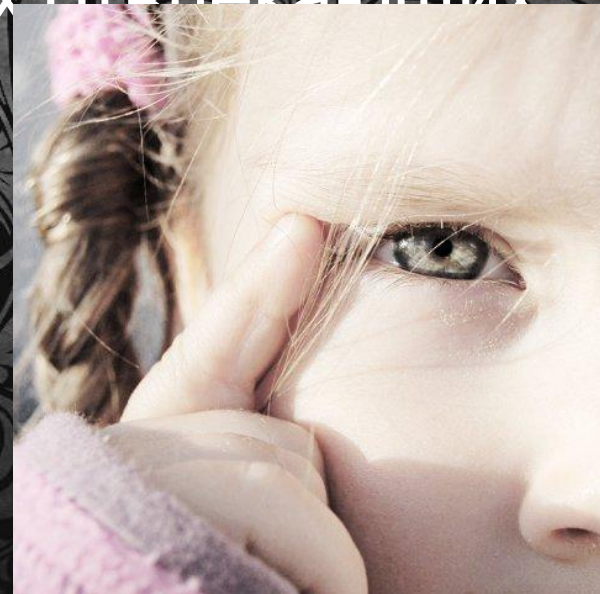
Переключаемость  
внимания

# Свойства внимания

- Объем внимания характеризуется количеством идей, объектов и видов деятельности, которые одновременно может удерживать и контролировать человек. Иными словами, объем внимания связан с числом одновременно отражаемых в сознании объектов.



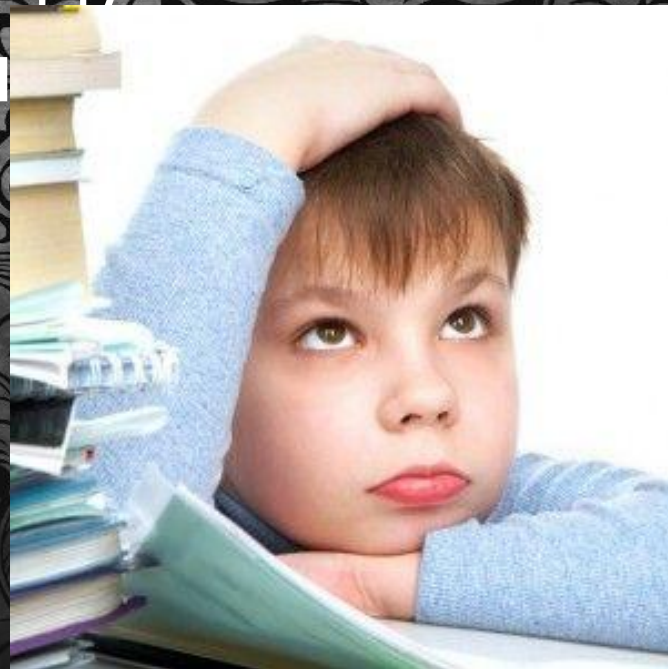
- Концентрация внимания выражается в степени интенсивности (сосредоточенности) внимания на одном объекте или ограниченном круге своих представлений, переживаний, мыслей. Поглощенность объектами сосредоточения делает человека высокопомехоустойчивым. Лишь с трудом его можно отвлечь от мыслей или дел, в которые он погружен, он не замечает шума и других отвлекающих раздражителей.



- Устойчивость внимания определяется длительностью сохранения концентрированного внимания. Она измеряется временем сосредоточения при условии сохранения отчетливости отражения в сознании объекта внимания. Устойчивость внимания зависит от целого ряда причин - значимости дела, и навыков и т.п.



- Переключаемость внимания характеризуется быстротой произвольного перехода внимания на новый объект или от одного действия к другому при сохранении высокой степени концентрации на нем. Имеются значительные индивидуальные различия в переключа



- Распределяемость внимания определяется возможностью выполнения двух и более действий одновременно с рассосредоточением внимания между ними. Уровень распределения внимания зависит от ряда условий: от однородности или разнородности совмещаемых видов деятельности, их сложности, степени их привычности. Труднее совмещать два вида умственной деятельности и более эффективное распределение внимания при одновременном выполнении умственной деятельности





- Отвлекаемость внимания связана с непроизвольными колебаниями его уровня. Непроизвольные флюктуации внимания особенно хорошо заметны при сосредоточении на раздражителях пороговой силы..



# Внимание

ИЯ

Повышенная  
непроизвольная  
переключаемость  
внимания

Слабость  
концентрации  
внимания

Повышенная  
концентрация на  
своих мыслях

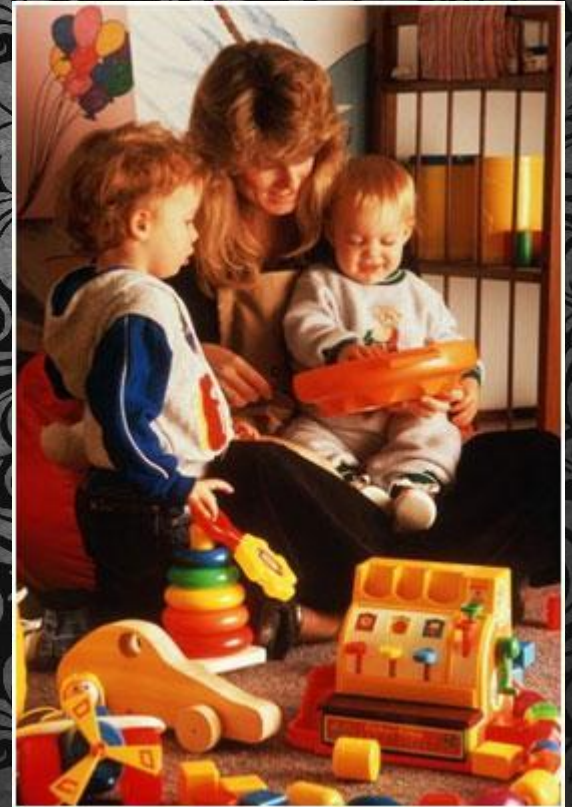


# Методы исследования Внимания

- Прямые
- Косвенные

# Прямые

- Все методы для изучения объема внимания можно подразделить на прямые и косвенные. Прямой метод предусматривает предъявление материала (например, слов, букв, изображений предметов) в короткие промежутки времени с помощью тахистоскопа с последующим подсчетом замеченного испытуемым.



# Косвенные

- определения объема внимания, как и других его свойств, являются относительно простыми по процедуре проведения тестами скорости. Чаще всего используется методика отыскивания чисел по таблицам Шульте.

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

В зависимости от количества секунд сделано задание  
Появляется результат

# Гуго Мюнстерберг

Философ и психолог немецкого происхождения. Был первопроходцем использования идей прикладной психологии в образовании, медицине и бизнесе.

В своих трудах Мюнстерберг пытался соединить философию Фихте с современной физиологией. Согласно Мюнстербергу, психология отличается от естественных наук тем, что имеет дело с объектами, существующими только для субъекта; однако и



# Психологические упражнения по развитию внимания

1. "Игры, индейцев" для развития объема внимания: - двум или несколькими соревнующимся в течение короткого времени показывают сразу много предметов, после чего каждый отдельно говорит судье, что он видел, стараясь перечислить и подробно описать возможно большее число предметов. Так, один фокусник добился того, что, быстро проходя мимо витрины, мог заметить и описать до 40 предметов.



- 2. "Печатная машинка" - это классическое театральное упражнение развивает навыки сосредоточения. Каждому человеку дается 1-2 буквы из алфавита, преподаватель называет слово и участники должны "выступить" его на своей пишущей машинке. Называют слово и делают хлопок, затем делает хлопок тот человек, с чьей буквы начинается слово, затем хлопок учителя - вторая буква, хлопок ученика и т. д.

- 3. "Кто быстрее?" Людям предлагается как можно быстрее и точнее вычеркнуть в колонке любого текста какую-либо часто встречающуюся букву, например "о" или "е". Успешность выполнения теста оценивается по времени его выполнения и количеству допущенных ошибок - пропущенных букв: чем меньше величина эти, ' показателей, тем выше успешность. При этом надо поощрять успехи и стимулировать интерес.



**Спасибо за  
внимание!!!**