

ВНИМАНИЕ

- это направленность психики (сознания) на определенные объекты, имеющие для личности устойчивую или ситуативную значимость, сосредоточение психики (сознания), предполагающее повышенный уровень сенсорной, интеллектуальной или двигательной активности.

Физиологическая основа внимания - общая активация деятельности мозга, обеспечивающая переход от сна к бодрствованию и от пассивного бодрствования к активному бодрствованию, активация, связанная с возбуждением ретикулярной формации, которая повышает и тонус коры больших полушарий головного мозга.

Функции внимания

устойчивость,

концентрация

распределение

переключаемость

предметность.

Устойчивость — это длительность привлечения внимания к одному и тому же объекту или к одной и той же задаче.

- Устойчивость, определяемая периферическими факторами, не превышает 2—3 секунд, после чего внимание начинает колебаться.
- Устойчивость центрального внимания может составлять значительно больший интервал — до нескольких минут.
- Длительность привлечения центрального внимания зависит от возможности постоянно открывать в объекте новое содержание.

Концентрация определяется единством двух важных факторов: повышением интенсивности сигнала при ограниченности поля восприятия.

Концентрация является следствием возбуждения в доминантном очаге при одновременном торможении остальных зон коры головного мозга.

Распределение - субъективно переживаемая способность человека удерживать в центре внимания определенное число разнородных объектов одновременно.

Это качество дает возможность совершать сразу несколько действий, сохраняя их в поле внимания

Еще работами Вундта показано,

что человек не может сосредоточить
внимание на двух одновременно
предъявляемых раздражителях,
распределение внимания фактически
осуществляется быстрым его переносом

Переключаемость определяется скоростью перехода от одного вида деятельности к другому.

Перевод внимания с одного на другое всегда сопровождается некоторым нервным напряжением, которое реализуется волевым усилием.

До 10 месяцев ребенок

способен лишь к непроизвольному вниманию, его глаза останавливаются на блестящих, ярких предметах и знакомых лицах.

Внешне внимание у ребенка проявляется во временной задержке дыхания и ограничении движений, в заторможенности, которая служит для подготовки к действию.

После 10 месяцев развивается произвольное внимание

Когда мать называет предмет и указывает на него ребенку жестом, тем самым выделяя его из среды, происходит перестройка внимания ребенка. Оно перестает подчиняться только естественным ориентировочным реакциям, которые управляются либо новизной, либо силой раздражителя, и начинает подчиняться речи или жесту

Произвольное внимание и направляется на торможение ненужных движений.

Максимальная длительность одной игры:

- у полугодовалого ребенка составляет всего 14 минут,
- к шести годам она возрастает до полутора часов.

Концентрация внимания:

- в три года за 10 минут игры ребенок отвлекается в среднем 4 раза,
- в шесть лет — всего один раз

Различные свойства внимания достигают своего расцвета не одновременно.

- Оптимум объема внимания относится к 33 годам,
- Наименьший объем наблюдается в период с 18 до 21 года.
- Наилучшая избирательность внимания достигается к 33 годам.
- Максимум переключательной способности внимания приходится на 29 лет.
- Устойчивость внимания достигает оптимума в 34 года.

Произвольное внимание

благодаря этому виду внимания выбор содержания, порядок обследования и способ контроля организуются человеком, исходя из объективных требований задачи

Произвольное внимание - социально

Развитие произвольного внимания

- На ранних фазах развития функция произвольного внимания разделена между двумя людьми — взрослым и ребенком.
- Взрослый выделяет объект из среды, указывая на него жестом или обозначая его словом.
- Ребенок отвечает на этот сигнал, фиксируя взглядом названный предмет или схватывая его.
- Когда у ребенка развивается собственная речь, он может сам назвать предмет, таким образом произвольно выделить его из остальной среды.
- В 2— 2,5 года простая речевая инструкция взрослого отчетливо направляет поведение ребенка.

Факторы, привлекающие внимание:

внешние

- интенсивность
- физические характеристики сигналов

внутренние

- актуальность
- новизна
- соответствие потребностям человека
- соответствие его эмоциональному настрою.

- Управление вниманием связано с умением управлять движением. Кто не умеет управлять мускулатурой, не способен и к вниманию.
- Опыты доказывают антагонизм между большой подвижностью и концентрацией внимания.
- Способность сосредоточиться, сконцентрировать внимание предполагает активное торможение всех посторонних движений, благодаря этому восприятие нужного объекта становится более ясным и отчетливым.

Умение устранять лишние движения позволяет расширить поле внимания