

# Внимание

0+



# ПЛАН



1. Понятие «внимание»
2. Физиологические механизмы внимания.
3. Виды внимания
4. Свойства внимания
5. Нарушения внимания в пожилом возрасте.

# 1. ВНИМАНИЕ

- направленность и сосредоточенность сознания человека на определенных объектах при одновременном отвлечении от других;
- 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;
- относится и к психическим свойствам, и к психическим состояниям





- Внимание сопутствует любой деятельности как составной элемент различных психических процессов (восприятие, память, мышление, речь, воображение) .

# ВНИМАНИЕМ ОПРЕДЕЛЯЮТСЯ:



**Точность и детализация восприятия (внимание является своеобразным усилителем, позволяющим различать детали изображения);**

**Прочность и избирательность памяти (внимание выступает как фактор, способствующий сохранению нужной информации и кратковременной и оперативной памяти);**

**Направленность и продуктивность мышления (внимание выступает как обязательный фактор правильного понимания и решения задач).**

# ФУНКЦИИ ВНИМАНИЯ:

- А) активизирует нужные и тормозит ненужные в данный момент психические и физиологические процессы
- Б) способствует целенаправленному, организованному набору поступающей информации
- В) обеспечивает длительную сосредоточенность активности на одном и том же объекте.





## 2. ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ ВНИМАНИЯ

- в коре головного мозга возбуждаются одни нервные центры и тормозятся другие;
- При множестве раздражителей, действующих на НС в коре головного мозга образуется несколько очагов возбуждения, поэтому между отдельными очагами возбуждения происходит столкновение, возникает «борьба». В результате этой борьбы один из очагов становится господствующим, он назван академиком А.А.Ухтомским «доминантой»;
- Доминанта - это господствующий очаг возбуждения - основа внимания.

## 3 . ВИДЫ ВНИМАНИЯ ПО АКТИВНОСТИ

**Непроизвольное внимание** возникает без всякого намерения человека, без заранее поставленной цели, не требует волевых усилий.

Особенности действующих раздражителей:

1. Сила и неожиданность раздражителя (сильный звук, яркая вспышка света, резкий запах)
2. Новизна, необычность, контрастность раздражителя
3. Подвижность объекта, а также начало или наоборот, прекращение действия раздражителя.

**Произвольное** - внимание, возникающее вследствие сознательно поставленной цели и требует определенных волевых усилий, которые выражаются в подавлении произвольно возникающих посторонних внешних впечатлений.

**По сравнению** с непроизвольным вниманием, произвольное, требует большей напряженности, является более утомительным.



# ВИДЫ ВНИМАНИЯ ПО НАПРАВЛЕННОСТИ

- Внешнее (сенсорно-перцептивное) - внимание, объект которого находится вне нашего сознания. Внешнее внимание можно подразделить на зрительное и слуховое, а также на осязательное, обонятельное, вкусовое.
- Внутреннее (интеллектуальное) - внимание, объект которого составляет наши представления, мысли, чувства, стремления.
- Внутреннее внимание отличается от внешнего большей направленностью и является преимущественно произвольным.



<b>Вид внимания</b>	<b>Условия возникновения</b>	<b>Основные характеристики</b>	<b>Механизм</b>
Непроизвольное	Действие сильного, контрастного и вызывающего эмоциональный отклик раздражителя	Непроизвольность, легкость возникновения и переключения	Ориентировочный рефлекс (что такое?)
Произвольное	Постановка цели, принятие задачи	Требует волевых усилий, направленных в соответствии с задачей, утомляет	Вторая сигнальная система
Послепроизвольное	Вхождение в деятельность, возникающий интерес	Цель сохраняется, волевые усилия исчезают	Доминанта, возникшая в результате появления интереса





## 4. СВОЙСТВА ВНИМАНИЯ

- ⦿ **Концентрация внимания** — степень сосредоточения на данном объекте.
- ⦿ **Объем внимания** — это количество объектов, на которых может быть одновременно удержано внимание (**число Миллера**).
- ⦿ **Распределение внимания** - способность выполнять несколько видов деятельности одновременно, при условии, если одна из них автоматизирована.
- ⦿ **Устойчивость внимания** - это длительное удержание внимания на предмете или какой-либо деятельности, которое зависит от интереса, от целесообразности, от особенностей личности, от условий и т.д.
- ⦿ **Переключение внимания** - это перемещение внимания с одного объекта на другой или с одной деятельности на другую в связи с постановкой новой задачи. Способность к быстрому переключению внимания зависит от подвижности нервных процессов, т.е. от типа нервной системы.



## 5. НАРУШЕНИЯ ВНИМАНИЯ В ПОЖИЛОМ ВОЗРАСТЕ

**Рассеянность** — невнимательность, неспособность управлять своим вниманием — может быть результатом усталости или переутомления, эмоционального напряжения или состояния аффекта (чрезмерной взволнованности).

Следствием рассеянности является легкая отвлекаемость, неустойчивость внимания и т.д.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

