

Внимание

Что же такое внимание?

- **Внимание** - это способность выбирать важное для себя и сосредоточивать на нем свое восприятие, мышление, припоминание, воображение и др.



Внимание

Внешнее
внимание
направлено на
окружающие
предметы и
явления.

Внутреннее - на
собственные
мысли,
чувства и
переживания.

Важные факторы

- Направленность внимания
определяется как готовность к действию.
 - Сосредоточенность внимания
предполагает такую его организацию, которая обеспечивает глубину, полноту и ясность отображения в сознании объектов, с которыми субъект взаимодействует.
-

Внимание и личность

- Внимательность - развитие внимания и на определенном уровне своего развития становится свойством личности, ее постоянной особенностью, которая называется внимательностью.



Тест на внимательность, нужно найти все цифры от 1 до 90

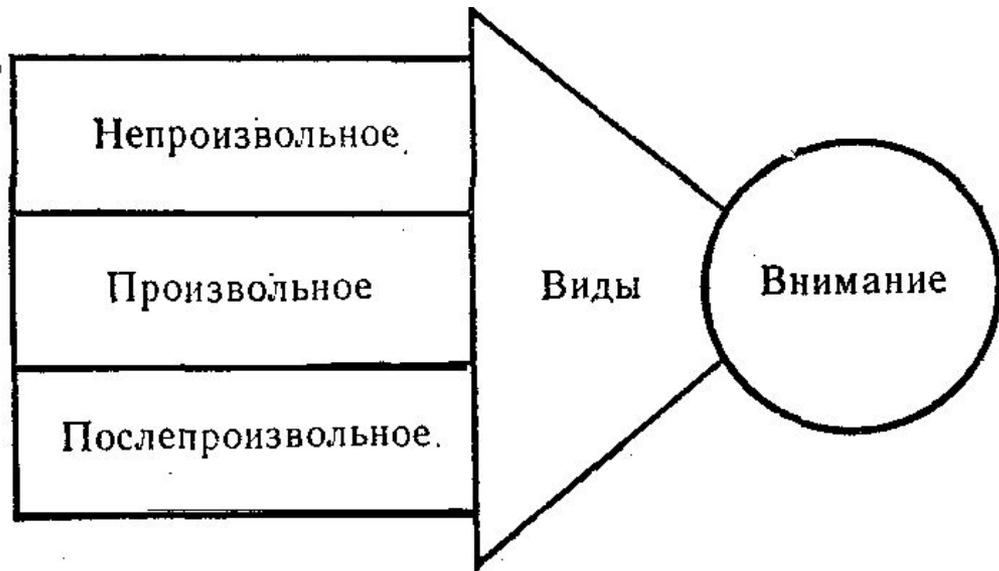


Внимательность человека проявляется не только в познании мира и осуществлении деятельности, но и в отношениях с другими людьми.



Виды внимания

- Непроизвольное (непреднамеренным)
- Произвольное (преднамеренным)
- Послепрои



Непроизвольное внимание

□ Не зависит ни от нашего желания, ни от нашей воли или намерений. Оно происходит, возникает как бы само по себе, без всяких усилий с нашей стороны.



Раскаты молнии



Новая прическа у друга



Восторг от увиденного

Произвольным (преднамеренным) внимание

- Когда человек ставит себе определенную цель и прилагает усилия, старания для ее достижения.

➔ Сознательная цель, намерение всегда выражаются в словах.



Послепроизвольное внимание

- Одним из условий такого перехода является интерес к определенной деятельности. Пока деятельность не очень интересна, от человека требуются волевые усилия, чтобы сосредоточиться на ней.
-

Основные свойства внимания

Различают пять свойств
внимания:

- сосредоточенность,
 - устойчивость,
 - объем,
 - распределение,
 - переключение.
-

Сосредоточенность

- Это удержание внимания на одном объекте или одной деятельности при отвлечении от всего остального.
 - Сосредоточенность внимания связана с глубоким, действенным интересом к деятельности, какому-либо событию или факту.
 - Степень сосредоточенности - это концентрация или интенсивность внимания.
-

Устойчивость

- Это длительное удержание внимания на предмете или какой-нибудь деятельности.
 - Устойчивым называется внимание, способное в течение долгого времени оставаться непрерывно сосредоточенным на одном предмете или на одной и той же работе.
-

Объем

- Это количество объектов, которые охватываются вниманием одномоментно, одновременно.
 - Человек с большим объемом внимания может заметить больше предметов, явлений, событий. Объем внимания во многом зависит от знания объектов и их связей друг с другом.
 - Объем внимания обычно колеблется у взрослых в пределах от 4 до 6 объектов, у школьников (в зависимости от возраста) от 2 до 5 объектов.
-

Распределение внимания

- Это умение выполнять две или более различные деятельности, удерживая на них свое внимание.
 - Умение распределять внимание у людей различно.
-

Переключение

- Это сознательное и осмысленное перемещение внимания с одного предмета или действия на другие, это перестройка внимания, переход его с одного объекта на другой в связи с изменением задачи деятельности.
 - Важной стороной внимания является его переключение, т.е. способность быстро переходить от одной деятельности к другой.
-

Внимание и рассеянность

- Обычно внимание противопоставляется рассеянности.
 - Рассеянность может быть результатом неустойчивости, слабости внимания. Человек ни на чем не может сосредоточиться долгое время, его внимание непрерывно перескакивает с одного на другое
-