

# 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.

---

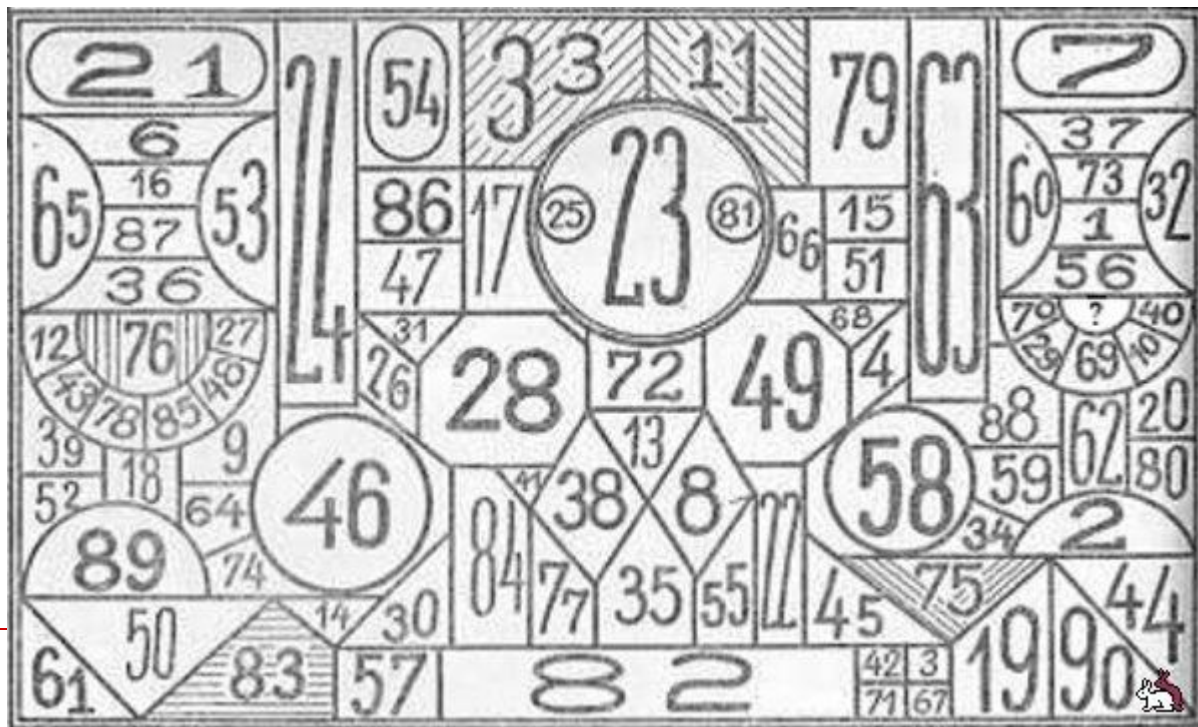
# Важные факторы

---

- 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.

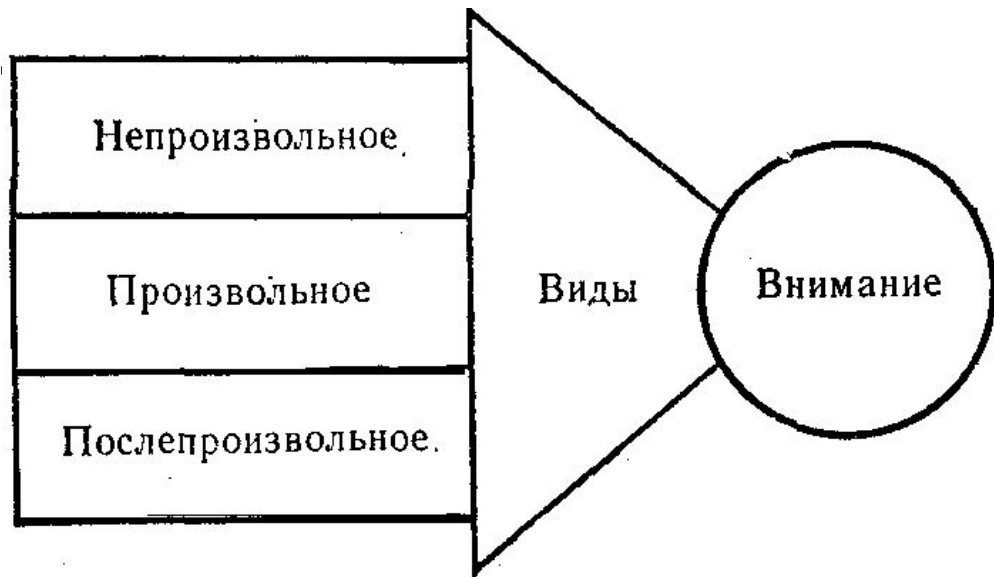
---



# 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
-