

Внимание

- **Направленность** сознания на какой-либо **объект** и **сосредоточенность** на нем психической деятельности. При одновременном отвлечении (ослаблении) от всего остального

Физиологические основы внимания

(Ухтомский А.А.)

Доминанта – временно господствующий в коре больших полушарий головного мозга очаг возбуждения, который тормозит работу других нервных центров.

Доминантный очаг возбуждения, обеспечивающий выполнение какой-либо деятельности, подавляет возбуждение в других нервных центрах, что блокирует посторонние, не относящиеся к выполняемой деятельности, раздражители, и усиливает энергию возбуждения основного доминантного очага.

Виды внимания

- **Непреднамеренное(непроизвольное)** – вызвано особенностями действующего на нас в данный момент объекта.
- Например
 - интенсивность- более сильный объект (яркая картинка, сильный звук)
 - новизна – необычность
 - резкая смена- динамический характер

Виды внимания

- **Преднамеренное(произвольное)**
 - Результат сознательно поставленной цели требует волевых усилий;
 - организованность – человек заранее готовится быть внимательным;
 - устойчивость – внимание продолжается более долгое время.
- **Послепроизвольное** через вхождение в деятельность если возникает интерес

Свойства внимания

- **Колебание внимания** – деятельность тех или иных нервных центров не может продолжаться интенсивно без перерывов.
- **Объем внимания** – число объектов или их элементов, которые могут быть одновременно восприняты с одинаково высокой степенью ясности и отчетливости.
- **Интенсивность внимания** – процесс выполнения деятельности проявляется с разной силой. Бывают моменты интенсивного внимания. Бывают ослабленного внимания.
- **Устойчивость внимания** – сохранение требуемой интенсивности в течение длительного времени.

Сосредоточенное внимание

- внимание, направленное на какой-либо **один объект или вид деятельности**. может характеризоваться определенной позой, мимикой, заторможенностью.

Распределенное внимание

- внимание, направленное одновременно на **несколько** объектов или видов деятельности.

Память



Па́мять — одна из психических функций и видов умственной деятельности, предназначенная сохранять, накапливать и воспроизводить информацию. Способность длительно хранить информацию о событиях внешнего мира и реакциях организма и многократно использовать её в сфере сознания для организации последующей деятельности.

1. Запоминание

- По используемым средствам
Механическое, логическое.
- По включенности
Непроизвольное, произвольное.

С точки зрения физиологии запоминание — это процесс образования и закрепления в мозгу следов возбуждения.

2. Сохранение.

- **Сохранение — это удержание** заученного в памяти, т. е. сохранение следов и связей в мозгу. Поэтому сохранение — это не что иное, как **борьба с забыванием.**
- **Динамическое статическое**

2. Воспроизведение

- Это процесс восстановления, реконструкции и актуализации содержания памяти.(перемещение из долговр. в оперативную)
- Узнавание —воспроизведение объекта в условиях повторного восприятия .
- Воспроизведение в отличие от узнавания характеризуется тем, что образы, закрепленные в памяти, оживляются без опоры на вторичное восприятие тех или иных объектов.

Воспроизведение

Непреднамеренное

- Образы всплывают в сознании как бы сами по себе, без намерения вспомнить их.

Преднамеренное

- Преследуется цель вспомнить что-либо. Оно всплывает организованно, а не под влиянием случайных раздражений.

3. Припоминание

Воспроизведение , связанное с преодолением некоторых трудностей, требующее иногда затраты больших волевых усилий. (наводящие вопросы)

4. Узнавание

- Возникшие в памяти предметы узнаются как ранее известные. (опирается на побочные ассоциации)

Ассоциации

- - это образующиеся в процессе запоминания нервные связи.

Виды ассоциаций

- **По смежности**- обеспечивают выполнение одного элемента (последовательно)
- **По сходству** – восприятие предмета вызывает воспоминания о сходном с ним предмете.
- **По контрасту** – восприятие предмета вызывает воспоминание о другом предмете, с противоположным признаком.

Виды памяти

- **Наглядно-образная** (зрительные, слуховые, осязательные, мышечно-двигательные представления)
- **Словесно-логическая** (запоминаются не конкретные образы предметов, а выраженные в словах мысли)
- **Эмоциональная** (воспоминания о пережитых в прошлом эмоциональных состояниях)

Другие виды памяти

- **1. Непроизвольная** (запоминается сама собой без усилий)
- **2. Произвольная** (запоминание через усилие)
- **Механическая** (многократное повторение)
- **Смысловая** (осмыслить и понять содержание)

Типы памяти

- Зрительная
- Слуховая
- Двигательная (основы практических навыков)
- Смешанная

Речь

- Практическое применение человеком языка – средства общения людей друг с другом.
- Язык – продукт общественно-историческое развитие человеческого общества. В нем отражен опыт мыслительной деятельности.

Виды речи

- **Внешняя речь** – устная речь (выражена в звуках, в словах. Всегда обращена к собеседнику). **Письменная речь** (обращена к читателям- эпистолярный жанр требует больших навыков).
- **Внутренняя речь** – речь про себя. С ней не обращаются к людям.

Свойства речи

- Содержательность- объем мыслей, чувств;
- Понятность – знания слушателя в той области, к которой она относится по содержанию;
- Выразительность – эмоциональная насыщенность;
- Воздействие – ее влияние на мысли, чувства и волю других людей (инструкция, приказ, просьба, команда)