




Д-ръ Т. РИВО.

Профессоръ въ Collège de France и редакторъ журнала «Revue
philosophique».



ПСИХОЛОГІЯ ВНИМАНІЯ

ПЕРЕВОДЪ СЪ ФРАНЦУЗСКАГО
А. ЦОМАКІОНЪ.

Изданіе Ф. Павленкова.



План

- ❑ **Общая характеристика внимания**
- ❑ **Теории внимания**
- ❑ **Виды внимания**
- ❑ **Свойства внимания**
- ❑ **Психические состояния
непатологической дезорганизации
сознания**

Внимание- это направленность и сосредоточенность сознания, которые предполагают повышение уровня сенсорной, интеллектуальной или двигательной активности индивида.



Критериями внимания выступают:

1) внешние реакции:

моторные (повороты головы, фиксация глаз, мимики, поза сосредоточенности);

вегетативные (задержание дыхания, вегетативные компоненты ориентировочной реакции);

2) сосредоточенность на выполнении определенной деятельности и контроле;

3) увеличение продуктивности деятельности (внимательное действие, эффективнее по сравнению с «невнимательным»);

4) избирательность (селективность) информации;

5) ясность и отчетливость содержаний сознания, находящихся в поле сознания.

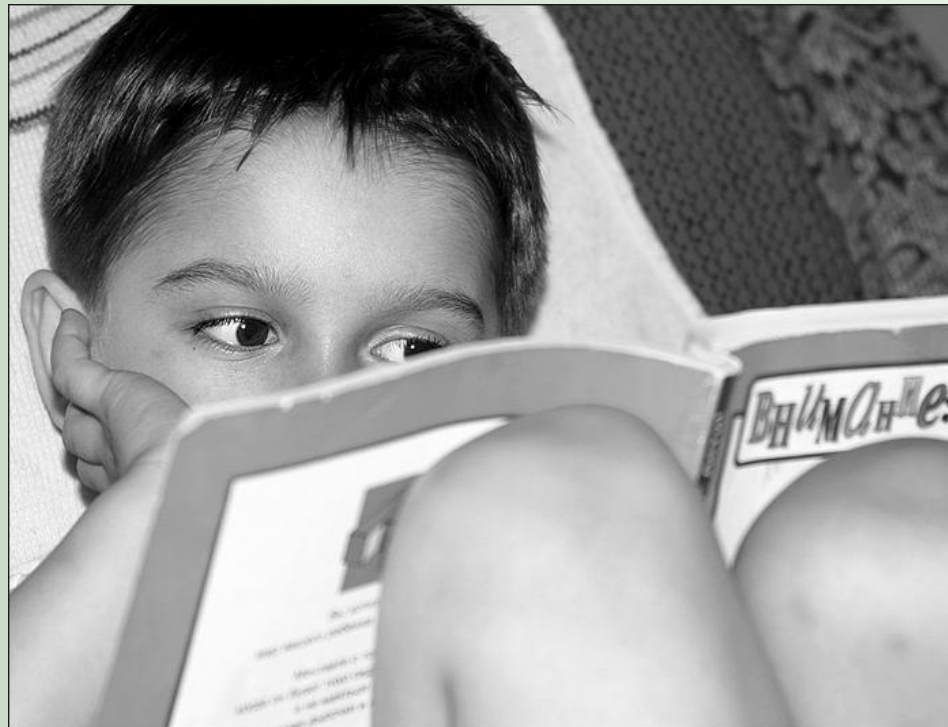
Функции внимания

→ активация нужных и торможение ненужных в данный момент психологических и физиологических процессов

→ способствование организованному и целенаправленному отбору поступающей в организм информации в соответствии с его актуальными потребностями

→ обеспечение избирательной и длительной сосредоточенности психологической активности на одном и том же объекте или виде активности на одном и том же объекте или виде деятельности

**Благодаря вниманию человек отбирает
нужную информацию, обеспечивает
избирательность различных программ
своей деятельности, сохраняет должный
контроль над своим поведением.**





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 в кратковременной и оперативной памяти);**
- направленность и продуктивность мышления (внимание выступает как обязательный фактор правильного понимания и решения задачи).**

**Внимание сопутствует любой
деятельности как составной элемент
различных психических и двигательных
процессов.**

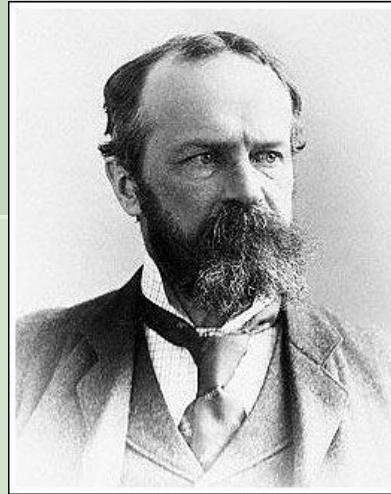


**Внимание, с одной стороны,
является сложным познавательным
процессом, с другой - психическим
состоянием, в результате которого
улучшается деятельность.**

**За вниманием всегда стоят
интересы, желания, установки,
потребности, направленность
личности.**

Теории внимания

Психофизиологическая теория (Т. Рибо)



Интенсивность и продолжительность произвольного внимания непосредственно обусловлены интенсивностью и продолжительностью ассоциированных с объектом внимания эмоциональных состояний. Состояние внимания всегда сопровождается не только эмоциональными переживаниями, но и определенными изменениями состояния организма.

Теория А.А. Ухтомского о доминанте



Физиологической основой внимания является доминантный очаг возбуждения в коре головного мозга, усиливающийся под воздействием посторонних раздражителей и вызывающий торможение соседних областей.

Теория избирательной активности внимания (Д.Н. Узнадзе)



Внимание есть установка, т.е. готовность определенным образом отражать объект. Под влиянием установки субъект выделяет избирательно те сигналы, которые соответствуют опережающему возбуждению. Это «вероятностное прогнозирование» и связанная с ним подготовка к действию и есть механизм активного внимания, или механизм избирательной установки.

Концепция внимания П.Я. Гальперина



Внимание является одним из составляющих ориентировочно-исследовательской деятельности. Оно представляет собой контроль за содержанием образа, мысли, другого феномена, имеющегося в данный момент в психике человека.

Этот контроль осуществляется с помощью заранее составленного критерия, образца, что создает возможности сравнения результатов действия и его уточнения.

Виды внимания

Существуют несколько разных классификаций внимания. Наиболее традиционной является классификация по признаку произвольности .



Непроизвольное внимание

Не требует приложения усилий, оно привлекается либо сильным, либо новым, либо интересным раздражителем.

Основная функция - быстрая и правильная ориентация в постоянно меняющихся условиях сред.

В научной литературе можно встретить разные синонимы для обозначения непроизвольного внимания.

В некоторых исследованиях его называют пассивным, оттеняя тем самым зависимость непроизвольного внимания от объекта, который его привлек, и подчеркивают отсутствие усилий со стороны человека, направленных на то, чтобы сосредоточиться.

Произвольное внимание

Свойственно только человеку и характеризуется активным, целенаправленным сосредоточением сознания, связанным с волевыми усилиями.



Синонимами слова произвольное (внимание) являются слова активное и волевое.

Все три термина подчеркивают активную позицию личности при сосредоточении внимания на объекте.

Произвольное внимание возникает в случаях, когда человек в своей деятельности ставит перед собой определенную цель, задачу и сознательно вырабатывает программу действий.

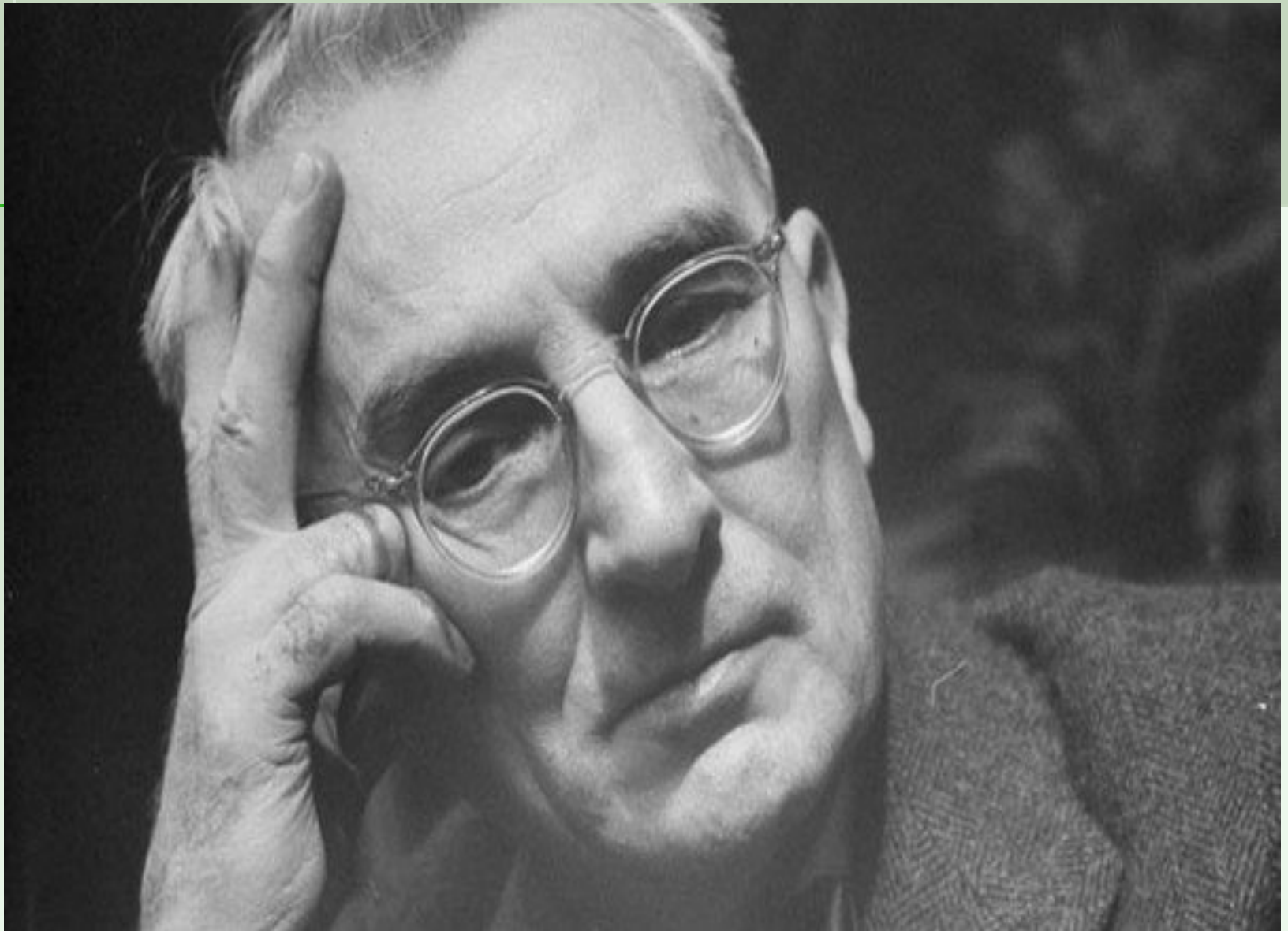
Основной функцией произвольного внимания является активное регулирование протекания психических процессов.

**Этот вид внимания тесно связан с волей,
требует волевого усилия, которое
переживается как напряжение,
мобилизация сил на решение
поставленной задачи.**

Именно благодаря наличию произвольного внимания человек способен активно, избирательно «извлекать» из памяти нужные ему сведения, выделять главное, существенное, принимать правильные решения, осуществлять планы, возникающие в деятельности.

Послепроизвольное внимание

Обнаруживается в тех случаях, когда человек, забыв обо всем, с головой уходит в работу. Этот вид внимания характеризуется сочетанием волевой направленности с благоприятными внешними и внутренними условиями деятельности.



В отличие от непроизвольного внимания, послепроизвольное связано с сознательными целями и поддерживается сознательными интересами.

Отличие послепроизвольного внимания от произвольного – в отсутствии волевого усилия.

Сравнительная характеристика ВИДОВ ВНИМАНИЯ

Вид внимания	Условия возникновения	Основные характеристики	Механизмы
непроизвольное	<p>Действие сильного, контрастного или значимого, вызывающего эмоциональный отклик раздражителя</p>	<p>Непроизвольность, легкость возникновения и переключения</p>	<p>Ориентировочный рефлекс или доминанта, характеризующая более или менее устойчивый интерес личности</p>
произвольное	<p>Постановка (принятие) задачи</p>	<p>Направленность в соответствии с задачей. Требуется волевых усилий, утомляет</p>	<p>Ведущая роль второй сигнальной системы</p>
послепроизвольное	<p>Вхождение в деятельность и возникающий в связи с этим интерес</p>	<p>Сохраняется целенаправленность, снимается напряжение</p>	<p>Доминанта, характеризующая возникший в процессе данной деятельности интерес</p>

Свойства внимания

Свойства внимания

объем

Определяется количеством одновременно отчетливо воспринимаемых объектов

переключение

Динамическая характеристика, определяющая способность быстро переходить от одного объекта к другому

распределение

Характеризуется возможностью одновременного успешного выполнения нескольких различных видов деятельности

устойчивость

Определяется длительностью концентрации внимания на объекте

избирательность

Связана с возможностью успешной настройки (при наличии помех) на восприятие информации, относящейся к сознательной цели

концентрация

Выражается в степени сосредоточенности на объекте

Объем внимания

Измеряется количеством объектов (элементов), воспринимаемых одновременно.

Установлено, что при восприятии множества простых объектов в течение 1 – 1,5 с объем внимания у взрослого человека в среднем равен 7 – 9 элементам.

**Объем внимания зависит от
деятельности человека, его опыта,
психического развития.**

**Объем внимания значительно
увеличивается, если объекты
сгруппированы, систематизированы.**

Переключение внимания

Проявляется в преднамеренном переходе субъекта от одной деятельности к другой, от одного объекта к другому.

В целом переключаемость внимания означает способность быстро ориентироваться в сложной изменяющейся обстановке.

Это свойство внимания в значительной мере зависит от индивидуальных особенностей высшей нервной деятельности человека – уравновешенности и подвижности нервных процессов.

В зависимости от типа высшей нервной деятельности внимание одних людей более подвижно, других – менее подвижно.

Легкость переключения внимания зависит и от соотношения между предшествующей и последующей деятельностью и отношения субъекта к каждой из них.

Чем больший интерес представляет эта деятельность для человека, тем легче он переключается на нее.

Переключение может обуславливаться программой сознательного поведения, требованиями деятельности, необходимостью включения в новую деятельность в соответствии с изменяющимися условиями либо осуществляться в целях отдыха.

Распределение внимания

Это, во-первых, способность поддерживать достаточный уровень сосредоточенности столько времени, сколько целесообразно для данной деятельности;

во-вторых, способность сопротивляться отвлекающим обстоятельствам, случайным помехам в работе.

Распределение внимания во многом зависит от опыта человека, его знаний и умений.

Устойчивость внимания

Это способность длительно задерживать восприятие на определенных объектах окружающей действительности.

Известно, что внимание подвержено периодическим непроизвольным колебаниям, которые имеют место при продолжительных занятиях человека какой-либо деятельностью.



Наиболее простым способом поддержания устойчивости внимания является волевое усилие, но действие его будет продолжаться до тех пор, пока не будут исчерпаны возможности психики, после чего неизбежно проявится состояние утомления.

**Если работа однообразна и сопряжена
со значительными
психофизиологическими
перегрузками, утомление можно
предупредить кратковременными
перерывами в работе.**

Избирательность внимания

Это способность к сосредоточению на наиболее важных объектах.

Концентрация внимания

**Это степень или интенсивность
сосредоточенности внимания.**

**Сосредоточенность внимания иногда
называют концентрацией, и эти понятия
рассматриваются как синонимы.**

Однако концентрация внимания на одном объекте приводит к положительному результату только в том случае, если субъект способен своевременно и последовательно переключать его и на другие объекты. Поэтому такие свойства внимания, как концентрация, распределение и объем, тесно связаны между собой.

Отвлекаемость

Это непроизвольное перемещение внимания с одного объекта на другой. Отвлекаемость возникает при действии посторонних раздражителей на человека, занятого в этот момент какой-либо деятельностью.

Следует различать внешнюю и внутреннюю отвлекаемость внимания.

- *Внешняя отвлекаемость* возникает под влиянием внешних раздражителей.
- *Внутренняя* – под влиянием сильных переживаний, посторонних эмоций, из-за отсутствия интереса к делу, которым занят в данный момент человек.

**Психические состояния
непатологической
дезорганизации сознания**

Одним из состояний частичной дезорганизованности сознания является *рассеянность*.

Рассеянностью обычно называют два разных явления:

- во-первых, результат чрезмерного углубления в работу, когда человек ничего не замечает вокруг себя – ни окружающих людей и предметов, ни разнообразных явлений.

Этот вид рассеянности получил название *мнимая рассеянность*, поскольку является результатом большого умственного сосредоточения;

Во-вторых, состояние, когда человек не может ни на чем долго сосредоточиться, когда он постоянно переходит от одного объекта или явления к другому, ни на чем не задерживаясь. Это так называемая *подлинная рассеянность*, исключающая какую бы то ни было сосредоточенность внимания.

**Такого вида рассеянность является
временным нарушением
ориентировки, ослаблением внимания.
Причинами подлинной рассеянности
могут являться: расстройство нервной
системы, заболевания крови, недостаток
кислорода, физическое или умственное
переутомление, тяжелые
эмоциональные переживания,
последствие черепно-мозговой травмы
и т.п.**

Одним из видов временной дезорганизации сознания является *апатия* – состояние безразличия к внешним воздействиям.

Это пассивное состояние связано с резким понижением тонуса коры головного мозга и переживается человеком как тягостное состояние.

Возникает апатия в результате нервного перенапряжения или в условиях сенсорного голода.

Апатия в известной мере парализует психическую деятельность человека, притупляет его интересы, понижает ориентировочно-исследовательскую деятельность.

Наивысшая степень непатологической дезорганизации сознания возникает при стрессах и аффектах.

Сужение внимания – слишком маленький объем внимания (2–3 ед.), наблюдается при психических расстройствах, депрессии.

Слабость распределения внимания – нарушение при многих психических заболеваниях и состояниях.

