# ПЛАН

# Введение

# 1. Понятие устойчивости и интенсивности внимания

# 2. Особенности внимания водителя

# 3. Развитие устойчивости и интенсивности внимания водителя

# Заключение

Список использованной литературы

## Введение

Внимание – один из тех познавательных процессов человека, в отношении сущности и права на самостоятельное рассмотрение которых среди психологов до сих пор нет согласия, несмотря на то, что его исследования ведутся уже много веков. Одни ученые утверждают, что как особого, независимого процесса внимания не существует, что оно выступает лишь как сторона или момент любого другого психологического процесса или деятельности человека. Другие полагают, что внимание представляет собой вполне независимое психическое состояние человека, специфический внутренний процесс, имеющий свои особенности, несводимые к характеристикам других познавательных процессов.

Действительно, в системе психологических феноменов внимание занимает особое положение. Оно включено во все остальные психические процессы, выступает как их необходимый момент, и отделить его от них, выделить и изучать в «чистом» виде не представляется возможным.

Одной из самых характерных особенностей нашей духовной жизни является тот факт, что, находясь под постоянным наплывом все новых и новых впечатлений, мы отмечаем и замечаем лишь самую малую, ничтожную их часть. Только эта часть внешних впечатлений и внутренних ощущений выделяется нашим вниманием, выступает в виде образов, фиксируется память, становится содержанием размышлений.

Внимание можно определить как психофизиологический процесс, состояние, характеризующее динамические особенности познавательной деятельности. Они выражаются в ее сосредоточенности на мнительно узком участке внешней или внутренней действительности, которые на данный момент времени становятся осознаваемыми и концентрируют на себе психические и физические силы человека в течение определенного периода времени. Внимание — это процесс сознательного или бессознательного (полусознательного) отбора одной информации, поступающей через органы чувств, и игнорирование другой.

Одной из самых характерных особенностей нашей духовной жизни является тот факт, что, находясь под постоянным наплывом все новых и новых впечатлений, мы отмечаем и замечаем лишь самую малую, ничтожную их часть. Только эта часть внешних впечатлений и внутренних ощущений выделяется нашим вниманием, выступает в виде образов, фиксируется память, становиться содержанием размышлений.

Все процессы познания – будь то восприятие или мышление или иной объект, который в них отражается: мы воспринимаем что-то, думаем о чем-то, что-то себе представляем или воображаем. Вместе с тем воспринимаем не восприятие само по себе, и мыслит не сама мысль; воспринимает и мыслит человек – воспринимающая и мыслящая личность. Поэтому в каждом из изученных до сих пор процессов всегда имеется какое-то отношение личности к миру, субъекта к субъекту, сознания к предмету. Это отношение находит себе выражение во внимании. Внимание своего содержания не имеет; оно проявляется внутри восприятия, мышления. Оно - сторона всех познавательных процессов сознания, и при том та их сторона, в которой они выступают как деятельность, направленная на объект. Во внимании находит себе заостренное выражение связь сознания с предметом; чем активнее сознательная деятельность, тем отчетливее выступает объект; чем более отчетливо выступает в сознании объект, тем интенсивнее и само сознание. Внимание проявление этой связи сознания и предмета, который в нем осознается. Говорить о внимании, его наличии или отсутствии можно только применительно к какой-нибудь деятельности практической или теоретической. Человек внимателен, когда направленность его мыслей регулируется направленностью его деятельности, и оба направления при этом совпадают.

Внимание – один из тех познавательных процессов человека, в отношении сущности и права, на самостоятельное рассмотрение которых среди психологов до сих пор нет. Согласия, несмотря на то, что его исследования ведутся уже много веков.

# 1. Понятие устойчивости и интенсивности внимания

Психическую жизнь личности нередко сравнивают с потоком из образов воспринимаемых предметов и явлений, мыслей и чувств, впечатлений от них, воспоминаний о том, что было, и образов представляемого будущего. В этот поток беспрерывно вливаются все новые и новые ручейки, порожденные нашей деятельностью в окружающем мире, общением с другими людьми, изменением в собственном психическом и физическом состоянии. Почему же наша психическая деятельность не превращается в половодье, а течет по определенному руслу, удерживается на том или ином направлении? Эта упорядоченность достигается благодаря особому свойству психики, которое называется вниманием.

Внимание обычно не считают особым психическим процессом, как восприятие, память, мышление. Зато оно обеспечивает успешную и четкую работу нашего сознания. Каждый познавательный процесс есть единство образа и деятельности. Внимание своего особого содержания не имеет, оно проявляется внутри восприятия, мышления. Оно- сторона всех познавательных процессов сознания, и при том та их сторона, в которой они выступают как деятельность, направленная на объект.

Внимание представляет собой сложное психическое явление. Столь сложное явление может быть объяснено только на основе широко действующих физиологических закономерностей. Для понимания физиологических основ внимания большое значение имеют работы русских физиологов И.П.Павлова и А.А.Ухтомского.

И.П.Павлов указывал, что раздражители, сигналы, поступающие в мозг, вызывают ориентировочно-исследовательскую реакцию, рефлекс «что такое?». Организм готов к неожиданностям, готов ответить на новые обстоятельства той или иной формой поведения. Говоря психологическим языком, животное или человек становятся внимательными к тому, от кого можно ожидать каких-то «сюрпризов». Потом придет оценка важности наступившего события, станет ясно, стоило ли прерывать текущую деятельность, но пока необходимо на мгновение оставить все дела, присмотреться, насторожиться, прислушаться. Тревожный сигнал в нашем мозгу загорелся…Дальше, в зависимости от оценки, сигнальная лампочка либо погаснет, либо включаться более мощные системы, одни шлюзы закроются, другие откроются, и поток психической жизни ринется по новому руслу.

Уже в выдвинутом И.П.Павловым представлении об ориентировочных рефлексах содержалось предположение о рефлекторной природе непроизвольного внимания. «Мы вглядываемся в появляющийся образ, прислушиваемся к возникшим звукам, усиленно втягиваем коснувшийся нас запах…» - писал И.П.Павлов.

Устойчивость внимания — продолжительность времени, в течение которого человек может поддерживать свое внимание на объекте. Она особенно нужна в условиях однообразной и монотонной работы, когда длительное время выполняются сложные, но однотипные действия. Опыты показывают, что интенсивное сорокаминутное внимание может сохраняться произвольно без заметного ослабления и непроизвольных переключений, хотя это и довольно утомительно. В дальнейшем интенсивность внимания снижается тем быстрее, чем менее натренирован человек и чем менее устойчиво его внимание.

Особое значение для достижения успеха в любой деятельности имеет сосредоточенность и устойчивость внимания, которые характеризуют глубину, длительность и интенсивность психической деятельности человека. Именно сосредоточенность и устойчивость отличают людей, страстно увлеченных делом, умеющих ради основного отключиться от многочисленных побочных раздражителей.

Даже при очень устойчивом и сосредоточенном внимании всегда есть кратковременные непроизвольные изменения степени его интенсивности, напряженности. Это колебания внимания.

По современным данным (Е.Н.Соколов), ориентировочные реакции очень сложны. Они связаны с активностью значительной части организма. В ориентировочный комплекс входят как внешние движения (поворот головы, глаз), так и изменения чувствительности определенных анализаторов, изменяется характер обмена веществ; изменяется дыхание, сердечно-сосудистые и кожно-гальванические реакции, т.е. происходят вегетативные изменения и изменение электрической активности мозга.

Говоря о физиологических механизмах активного внима­ния, следует заметить, что отбор значимых воздействий воз­можен только на фоне общего бодрствования организма, связанного с активной мозговой деятельностью. Выявление уровней бодрствования возможно как по внешним призна­кам, так и с помощью прибора электроэнцефалографа (ЭЭГ), определяющего по слабым токам мозга его электроактивность. Обычно выделяют 5 стадий бодрствования: глубокий сон, дре­мотное состояние, спокойное бодрствование, активное (на­стороженное) бодрствование, чрезмерное бодрствование. Эф­фективное внимание возможно лишь на стадии активного и спокойного бодрствования, в то время как на других стадиях основные характеристики внимания изменяются и могут вы­полнять лишь отдельные функции. Например, в дремотном состоянии возможна реакция лишь на 1-2 наиболее важных раздражителя, в то время как на остальные реакции полно­стью отсутствует. Поэтому, например, уставшая мать может крепко спать при различных шумах, но просыпаться от лег­кого движения ребенка в кроватке. Активизация мозга осу­ществляется его неспецифической системой, включая рети­кулярную формацию, диффузную таламическую систему, гипоталамические структуры, гиппокамп и т.д. Так, раздраже­ние восходящей ретикулярной формации вызывает появле­ние быстрых электроколебаний в коре головного мозга (яв­ление десинхронизации), повышает подвижность нервных процессов, снижает пороги чувствительности, что очень сход­но с общим состоянием внимания организма.

Среди «пусковых» механизмов ретикулярной формации сле­дует прежде всего отметить **ориентировочный рефлекс.** Он пред­ставляет собой врожденную реакцию организма на всякое из­менение окружающей среды у людей и животных. В комнате раздался шорох, и котенок встрепенулся, насторожился, как го­ворят, навострил уши и устремил глаза в сторону звука. На уро­ке все ученики сосредоточенно пишут сочинение. Но вот дверь в классе слегка приоткрылась; несмотря на поглощенность ра­ботой, все школьники и сам учитель повернули голову к двери. Этот рефлекс И. П. Павлов очень метко назвал рефлексом «что такое?».

Однако всего вышесказанного явно недостаточно для объ­яснения избирательного характера внимания и, следователь­но, необходимо более глубоко ознакомиться со сложными процессами, происходящими в организме. Обычно выделя­ют две основные группы механизмов, осуществляющих филь­трацию раздражении из среды: периферические и централь­ные. К **периферическим** механизмам можно отнести настрой­ку органов чувств. Прислушиваясь к слабому звуку, человек поворачивает голову в сторону звука и, одновременно, соот­ветствующая мышца натягивает барабанную перепонку, по­вышая ее чувствительность. При очень сильном звуке натя­жение барабанной перепонки ослабевает, что ухудшает пе­редачу колебаний во внутреннее ухо. Остановка или задерж­ка дыхания в моменты наивысшего внимания также способ­ствуют обострению слуха. По мнению Д. Е. Бродбента, вни­мание - это фильтр, отбирающий информацию именно на входах, т.е. на периферии.

# 2. Особенности внимания водителя

Важнейшей функцией, обеспечивающей прием и переработку информации, является внимание. По данным статистики, невнимательность — наиболее часто встречающаяся причина ДТП. Внимание — это активная направленность сознания человека на те или иные предметы и явления действительности или на определенные их свойства и качества при одновременном отвлечении от всего остального. Главнейшими качествами внимания являются: устойчивость, концентрация, объем, распределение и переключение.

Устойчивость внимания — это способность сосредоточения в процессе работы в течение длительного времени. Устойчивость определяется временем неизменной интенсивности внимания (напряженности). С устойчивостью внимания тесно связана и его концентрация — сосредоточенность только на одном объекте с одновременным отвлечением от всего остального. У водителя концентрация внимания допустима в течение незначительных промежутков времени, например при проезде пешеходных переходов, остановок общественного транспорта и пр.

Пространство, в котором большую часть времени концентрируется внимание водителя на разных объектах, называется полем концентрации внимания. Взгляд водителя останавливается дольше всего у границ поля, т.к. именно там возможно появление новых объектов. С увеличением скорости автомобиля размеры поля концентрации внимания уменьшаются.

Чем больше скорость, тем меньше времени у водителя для того, чтобы отвести взгляд в сторону от дороги без риска допустить ошибку в управлении. В результате небольшие объекты на сравнительно большом расстоянии могут остаться незамеченными, а по мере приближении автомобиля оказаться вне поля зрения водителя.

Объем внимания характеризуется количеством объектов, которые могут быть восприняты водителем одновременно. Объем внимания человека составляет 4-6 объектов, если условия восприятия не слишком сложные, У опытных водителей; объем внимания больше, чем у начинающих.

Распределение внимания— способность человеке контролировать и одновременно успешно выполнять несколько различных действий. Обычно человек может распределять внимание между двумя разнородными действиями, причем одно из них для него привычно. Например, вождение автомобиля более безопасно, если водитель все внимание уделяет дорожной обстановке, при этом его руки и ноги работают автоматически. Успешное распределение внимания между двумя совершенно незнакомыми видами деятельности затруднительно. В аварийней ситуации требования к распределению внимания водителя повышаются. Он должен одновременно смотреть, думать и действовать.

Переключение и распределение внимания в сочетании с правильной последовательностью действий и активностью наблюдения являются основой осмотрительности и предосторожности водителя.

В условиях интенсивного изменения дорожной обстановки водитель должен воспринимать ее как можно полнее, быстрее и точнее. Эти способности водителя, зависящие от его знаний, опыта и состояния, характеризуются развитием у него основных свойств внимания.

Внимание — важнейшая психофизиологическая характеристика водителя, оценивающая его способности сосредоточивать сознание на каком-либо объекте (явлении) или действии с одновременным отвлечением от остальных. Недостаточно развитые свойства внимания — одна из частых причин ошибок водителя, в том числе влекущих ДТП.

Внимание характеризуется несколькими свойствами. Способность водителя воспринять в течение короткого промежутка времени несколько объектов, явлений или действий оценивается объемом внимания. Опытный водитель может воспринять в течение 1 с не более пяти объектов, в условиях плохой видимости или при интенсивном движении за это время — лишь один — два объекта. На сложных перекрестках при большом числе участников дорожного движения объем внимания некоторых водителей не позволяет им воспринять всю информацию, необходимую для безопасного управления автомобилем.

Восприняв по возможности полную в конкретной дорожной обстановке информацию, водитель распределяет внимание на отдельные объекты, последовательно ипреднамеренно сосредоточивая внимание прежде всего на те из них, с которыми предстоит взаимодействовать или которые представляют опасность для движения. К таким объектам относятся прежде всего попутные и встречные, а также стоящие транспортные средства и пешеходы. Приблизительно 5—25 % времени водитель затрачивает на восприятие объектов (дорожных знаков и разметки, светофоров, пересечений проезжих частей и пр.), с помощью которых он ориентируется на дороге. Следуя за автомобилем-лидером, водитель большую часть времени сосредоточивает внимание на нем, ожидая с его стороны возможного торможения или маневра.

В отдельных случаях объем внимания даже опытного водителя может оказаться недостаточным для фиксации всех объектов или явлений, возникающих на пути движения автомобиля. В современных дорожных условиях часто возможно неожиданное появление на пути движения автомобиля пешехода или автомобиля, управляемого недисциплинированным водителем. Поэтому водитель должен быть готовым переключить внимание на объекты и явления, возникающие неожиданно.

# 3. Развитие устойчивости и интенсивности внимания водителя

В различной дорожной обстановке требуется различная интенсивность (напряженность) внимания. При движении в плотных транспортных потоках, во время обгона, на сложных перекрестках необходима наибольшая интенсивность внимания, что обеспечит более полное и точное восприятие.

Интенсивность внимания снижается при однообразных условиях движения (прямые участки дороги большой протяженности, темное время суток и т. п.). В таких условиях возможно ухудшение готовности водителя к действиям при неожиданном изменении дорожной обстановки, превышении скорости, выезде на полосу встречного движения, резком торможении и т. п.

Пространство, в котором большую часть времени внимание водителя сосредоточивается на разнообразных объектах дороги и околодорожного пространства, называется полем концентрации внимания (рис. 1.2). Форма этого поля зависит от очертания воспринимаемого водителем пространства. Если часть дороги закрыта от наблюдения (поворот дороги, изменение продольного профиля дороги, стоящее транспортное средство), то форма поля соответственно меняет очертания. В таких случаях взгляд водителя фиксируется дольше всего и с наибольшей интенсивностью у границ поля, так как именно здесь может неожиданно появиться на дороге новый объект.

С увеличением скорости автомобиля водитель старается наблюдать за дорогой на большем расстоянии, при этом размеры поля концентрации внимания уменьшаются, а внимание становится более напряженным. Поле концентрации внимания сокращается и с ростом интенсивности движения, так как водитель наблюдает в основном за встречными и попутными транспортными средствами. При этом может ухудшаться восприятие объектов, расположенных за дорогой или вне полосы, по которой движется автомобиль.

В плотных транспортных потоках форма и размеры поля концентрации внимания зависят в основном от дистанции до автомобиля-лидера. При дистанции менее 25 м поле концентрации внимания ограничивается формой и грации внимания (в градусах) от размерами лидера, а напряженность внимания может быть предельной. В таких условиях у водителя ограничивается возможность наблюдения за дорожной обстановкой, так как его внимание сосредоточено на движении лидера в ожидании его торможения.

Внимание по уровню активности процесса может быть непроизвольным и произвольным.

Непроизвольное внимание в основном определяется непосредственно предметами внешней обстановки. Хочешь, не хочешь, но если глаза открыты, то в них попадает все то, что есть в поле зрения. У водителя при управлении автомобилем непроизвольное внимание может быть вызвано как объектами, не имеющими непосредственного отношения к дорожной обстановке (реклама, человек в яркой одежде, дома, деревья и др.), так и объектами дорожной обстановки, появившимися в поле зрения водителя.

Произвольное внимание. В работе водителя оно является основным и характеризуется тем, что водитель на основании анализа дорожной обстановки и опыта работы настраивает психофизиологический механизм своего пространственного восприятия на определенный вид и варианты раздражителей, реакция на которые заведомо уже известна и при реализации не требует значительных физических и эмоциональных усилий.

Непроизвольное внимание может способствовать или мешать переходу внимания в произвольное. Так, если непроизвольно воспринятые объекты (не имеющие прямого отношения к управлению автомобилем) имеют интенсивность раздражения большую, чем объекты дорожной обстановки, водитель отвлекается. При этом ухудшаются условия восприятия важных для него объектов — дороги, дорожных знаков, автомобилей, пешеходов и др.

Произвольное внимание как элемент сознательной организации процесса восприятия в зависимости от характера деятельности, объектов внимания и особенностей личности водителя, может быть оценено посредством объема и напряженности внимания.

Объем внимания определяется числом объектов, которые могут быть одновременно охвачены вниманием (восприняты).

Напряженность внимания как мобилизация активности человека, в свою очередь, характеризуется концентрацией, устойчивостью и распределением. Опытный водитель никогда не будет одновременно охватывать шесть-восемь объектов, или три-четыре знака. Он объединяет все объекты таким образом, чтобы точек сосредоточения его восприятия было бы не более четырех.

Концентрация (интенсивность) внимания — это степень его напряженности при восприятиии объекта, и чем больше концентрация внимания, тем полнее и отчетливее восприятие объекта.

Грамотный надежный водитель концентрирует свое внимание не всегда одинаково: на перекрестке он ищет шесть-восемь точек опасности (конфликтных) при обычном движении, на прямой и хорошей дороге — одну-две точки.

Под устойчивостью внимания понимают способность длительно поддерживать состояние внимания на выполнении одной задачи и на предметах, имеющих непосредственное отношение к этой задаче. Отсутствие устойчивого внимания резко сказывается на качестве выполняемой работы, а его продолжительность зависит от квалификации водителя. Высокой устойчивости внимания водителей требует управление автомобилем в условиях интенсивного транспортного потока и сложных дорожных условий, при неблагоприятных атмосферных и климатических состояниях окружающей среды, т.е. в тех случаях, когда значительно возрастают воспринимаемые водителем нагрузки, которые, как указывалось ранее, могут привести к утомлению. При этом степень изменения устойчивости внимания определяется интенсивностью и длительностью воздействия указанных нагрузок.

Изменение устойчивости внимания водителя может выражаться в легкой отвлекаемости, рассеянности (вследствие слабости произвольного внимания), в полной неустойчивости внимания или, наоборот, в чрезмерной его интенсивности, когда человек сосредоточен на одном объекте и не способен замечать ничего другого. Последний тип возможного изменения степени внимания может возникнуть вследствие эмоциональных сдвигов, вызванных страхом, глубокими переживаниями и др.

Распределение внимания представляет собой способность человека к восприятию нескольких различных действий одновременно. Квалификация водителя тем выше, чем экономичнее работают его воспринимающие, анализирующие, решающие и исполнительные органы. Эта экономия создает запас внимания на непредвиденный случай. Любое из выполненных водителем действий по управлению автомобилем, как указывалось выше, возможно только при условии получения системой анализаторов определенного объема информации о состоянии объектов дорожной обстановки и дорожно-транспортной ситуации.

Ввиду многообразия таких объектов и форм их взаимодействия для восприятия всего потока информации водителю необходимо выбрать наиболее рациональную тактику наблюдения для каждого из анализаторов (глаз, ушей и др.) сообразно характеристикам водителя и задачам обеспечения условий безопасности движения.

Дублирование анализаторов. Распределение внимания между несколькими анализаторами осуществляется значительно легче в том случае, когда действие (процесс или объект), контролируемое одним из анализаторов, хорошо изучено и требует менее напряженного контроля. При этом водитель полностью полагается на информацию, получаемую сначала одним из анализаторов, переключая остальные анализаторы на восприятие других процессов и объектов. Так, контроль за движением рук при переключении передач, за положением органов управления или сигнализацией водитель осуществляет, в основном, без участия зрения, используя информацию, воспринимаемую двигательным анализатором.

Восприятие слуховым анализатором интенсивности и характера изменения шума двигателя или других агрегатов автомобиля в ряде случаев (при достаточном опыте у водителя) также исключает необходимость зрительного контроля за режимом работы агрегатов по показаниям приборов.

Спидометр или шестое чувство. Распределение внимания в информационном потоке также может меняться из-за увеличения объема информации, воспринимаемой от одного из наблюдаемых объектов (процессов). Так, с повышением квалификации водителя происходит уменьшение времени, уделяемого им на наблюдение за спидометром при контроле скорости движения. Восприятие последней осуществляется посредством вырабатываемого в процессе профессиональной деятельности чувства скорости, которое позволяет контролировать скорость по изменению характера пространственного положения и перемещения объектов. Точность оценки скорости движения при этом меньше, чем по приборам.

Опытные водители всегда контролируют свою субъективную оценку скорости движения с учетом ряда факторов: ширины дороги (чем шире, тем скорость кажется меньше); шероховатости покрытия (чем глаже, тем скорость кажется меньше); увеличения шума (чем меньше шум, тем скорость движения кажется меньше). Водители учитывают даже окраску и размеры воспринимаемого объекта. Чем объект ярче и больше, тем воспринимаемая скорость больше. Несмотря на то, что отклонение воспринимаемой скорости от действительной невелико, иногда это влияет на безопасность движения.

Эмоциональное напряжение при распределении внимания и качество внимания зависят от квалификации водителя, практического опыта работы в данных условиях, степени подвижности нервных процессов у водителя, интенсивности и продолжительности воздействия на организм водителя внешних нагрузок.

Следите за вниманием, оберегайте его. Опытные водители создают себе условия для лучшей организации внимания — избегают таких режимов движения, при которых появляются сильный шум, вибрация и дымление. Как показали результаты исследований, воздействие только шума с уровнем 90 дБА в течение 7 ч приводит к снижению внимания примерно на 25%. Иными словами, внимание снижается на четверть, а это опасно. Воздействие шума в 105 дБА в течение 3 ч снижает внимание водителя также на 25%, а в течение 7 ч того же уровня приводит к потере внимания на 30%. Водители знают: что снижение внимания на 20% уже опасно при управлении автомобилем в условиях города.

**Заключение**

При движении по дорогам с встречным транспортным потоком водитель довольно часто поворачивает глаза налево на угол до 30°, а затем возвращает взгляд в исходное положение. Необходимо отметить также, что опытный водитель управляет автомобилем, изучая обстановку, реагирует на нее в зоне опасности и в то же время воспринимает и анализирует обстановку в предварительной зоне слежения. Поэтому он как бы предугадывает развитие дорожной ситуации, которая после некоторого промежутка времени будет зоной опасности.

Самое главное при этом — ясное представление существующей ситуации, аниализ ее параметров и всех входящих в нее активных источников опасности (двигающихся и стоящих автомобилей, пешеходов, животных и др.), а также выбор решения активно или пассивно воздействовать на разрядку дорожной ситуации. Слишком активный элемент системы, т.е. элемент с большим коэффициентом усиления типа водителя-перестраховщика, который делает все раньше, чем этого требуют дорожные условия, может даже устойчивую систему привести к неустойчивой, т.е. в данном случае к происшествию. Иными словами, чрезмерно активное поведение одного водителя иногда вызывает неправильные действия остальных водителей транспортных средств и других участников движения.

Внимание в жизни и деятельности человека выполняет много различных функций. Оно активизирует нужные и тормозит ненужные в данный момент патологические и физиологические процессы, способствует организованному и целенаправленному отбору поступающей в организм информации в соответствии с его актуальными потребностями, обеспечивает избирательную и длительную сосредоточенность психической активности на одном и том же объеме или виде деятельности.

С вниманием связаны направленность и избирательность познавательных процессов. Их настройка непосредственно зависит от того, что в данный момент времени представляется наиболее важным для организма, для реализации интересов личности. Вниманием определяется точность и детализация восприятия, прочность и избирательность памяти, направленность и продуктивность мыслительной бдительности – словом, качество и результаты функционирования всей познавательной активности.

Для перцептивных процессов внимание является своеобразным усилителем, позволяющим различать детали изображений. Для человеческой памяти внимание выступает как фактор, способный удерживать нужную информацию в кратковременной и оперативной памяти, как обязательное условие перевода запоминаемого материала в хранилища долговременной памяти. Для мышления внимание выступает как обязательный фактор правильного понимания и решения задачи. В системе межчеловеческих отношений внимание способствует лучшему взаимопониманию, адаптации людей друг к другу, предупреждению и своевременному разрешению межличностных конфликтов. О внимательном человеке говорят как о приятном собеседнике, тактичном и деликатном партнере по общению. Внимательный человек лучше и успешнее обучается, больше достигает в жизни, чем недостаточно внимательный.

**Список использованной литературы**

Выготский Л. С. Развитие высших форм внимания в детском возрасте// Хрестоматия по вниманию.— М., 1976,— С. 186.

1. Гиппенрейтер Ю.Б., Введение в общую психологию. Курс лекций. – М.: 4еРо, 1997.
2. Коломинский, Человек: психология. – М.: Просвещение, 1986.
3. Макланов А.Г., Общая психология. – СПб.: Питер, 2002.
4. Немов Р.С., Психология, в 3 т., т.1, М.,1998.
5. Немов Р.С., Психология: Учеб. Для студ. Высших пед. Учеб. Заведений: в 3 кн.: кн.3: Экспериментальная педагогическая психология и психодиагностика. – М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995.
6. Общая психология под ред. Петровского А.В. – М.: Просвещение, 1986.

Павлов И.П. Двадцатилетний опыт объективного изучения высшей нервной деятельности животных.- Полное собр. соч. – Л. Изд-во АН СССР, 1951, т. III, кн.1, 309с.

1. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии/А.А.Крылова, С.А. Маничева. – СПб.: Питер, 2000.
2. Психология внимания. Хрестоматия по психологии/ Ю.Б. Гиппенрейтер, В.Л. Романова. – М., 2000.
3. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии., М., 2001.
4. Страхов И.В., Внимание и структура личности., Саратов, 1969.

Титченер Э. Внимание // Хрестоматия по вниманию. – М., 1976.

Ухтомский А.А. Доминанта как рабочий принцип нервных центров// Хрестоматия по вниманию. – М., 1976.