Московская Городская Педагогическая Гимназия-Лаборатория № 1505.

Реферат на тему:

«Психология внимания»

Работа выполнена ученицей 9 класса «А»

Левшиной Александрой

Научный руководитель: Глебкин В.В.

Москва,2011 год

Содержание.

1. Введение
2. Глава I
3. Глава II
4. Глава III
5. Словарь
6. Заключение
7. Список литературы

**Введение.**

Я выбрала эту тему реферата, потому что мне очень интересны различные психологические процессы нашего сознания, а в особенности – внимание. Одной из особенностей нашей духовной жизни является то, что находясь под постоянным наплывом новых впечатлений, мы замечаем и отмечаем только малую часть и именно эта часть, непрерывно поступающих в мозг внешних впечатлений и внутренних ощущений, выделяется нашим вниманием и выступает в виде образов, фиксируется памятью и, в конце концов, становится содержанием сознания. Например, мы с задержкой осознаем, что успели вполне целенаправленного взобраться на дерево, под которым бегает медведь, или как резко затормозили в ответ на внезапное появление собаки на проезжей части дороги. Внимание – один из тех познавательных процессов человека, который ученые исследуют уже много десятков лет. Одни ученые утверждают, что внимания как независимого познавательного процесса вообще не существует, что оно выступает только лишь как момент любого другого психологического процесса или деятельности человека. Другие ученые полагают, что внимание представляет собой самостоятельный психический процесс и особое психологическое состояние человека. Они утверждают, во-первых, что внимание имеет свои собственные свойства, которых нет у других психических процессов и состояний. Это распределение, концентрация, переключение, устойчивость, избирательность и объем (объем внимания – не то же самое, что объем памяти). Во-вторых, что в мозге человека можно выделить особые структуры и процессы, связанные именно со вниманием.[[1]](#footnote-1)

В результате работы над рефератом мои главные цели – разобраться в определении внимания, узнать о его особенных характеристиках и выяснить, с какой группой ученых я могла бы согласиться. Для достижения результата, мне необходимо прочитать всю заявленную литературу и разобраться в теме.

Для написания реферата я использовала много полезной литературы. Основными источниками информации стали учебник по психологии Р.С. Немова и учебное пособие «Общая психология в схемах и комментариях» под редакцией В.Г. Крысько. Я использовала также «Большой Психологический Словарь» под редакцией Б.Г. Мещерякова и В.П.Зинченко. В этом реферате будет рассмотрено определение внимания, его характерные особенности, свойства, функции и виды.

Первая глава будет посвящена определению внимания, его видам, функциям, свойствам и особенностям. Вторая глава - формированию и развитию внимания, а третья - теориям внимания.

**Глава I**

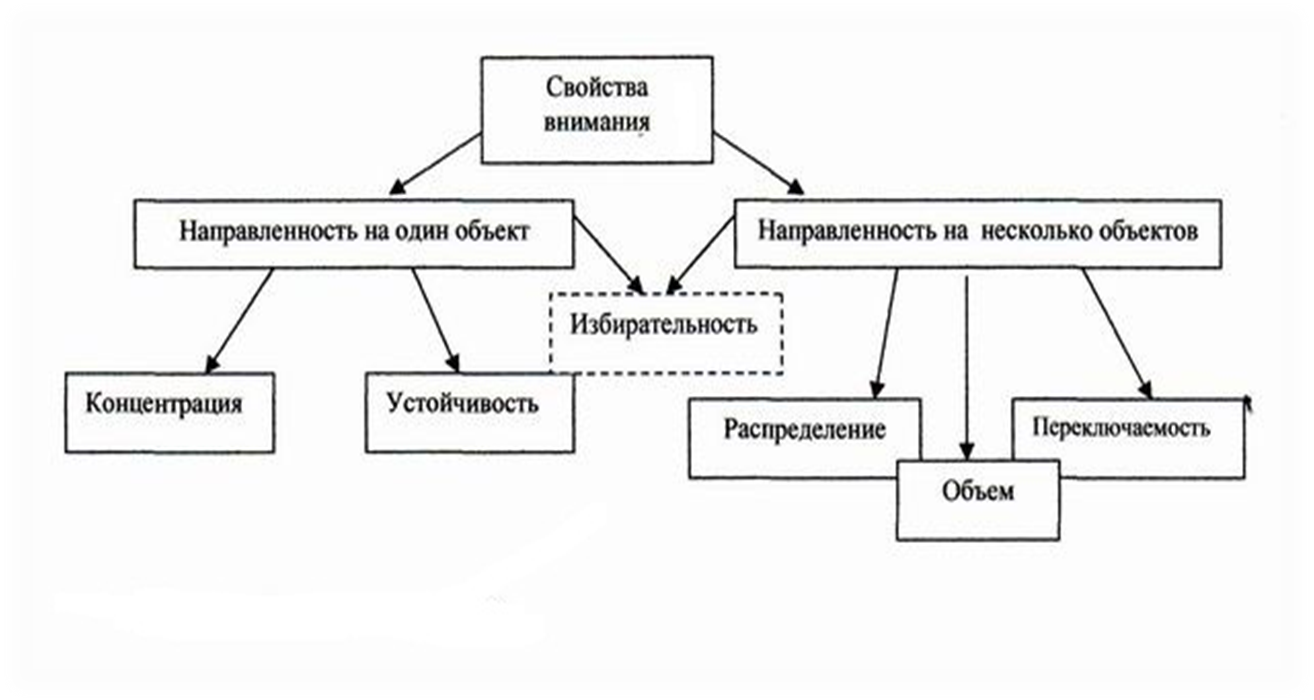
1.1.Определение внимания.

Внимание – это избирательная направленность сознания человека на определенные предметы и явления, т.е. формально внимание можно определить как процесс, который обеспечивает избирательное восприятие, переработку, запоминание и использование человеком сенсорной информации: ощущений, образов, мыслей, переживаний и т.п. Действие внимания выражается в сосредоточенности психики человека на сравнительно узком участке внешней действительности или внутренней среды организма. Внимание – это процесс, который способствует отбору одной информации, поступающей через органы чувств, и игнорированию другой.[[2]](#footnote-2)

* 1. Свойства внимания.

Внимание человека обладает шестью свойствами: устойчивостью, концентрацией, распределением, переключаемостью, объемом и избирательностью. Теперь рассмотрим каждое из них в отдельности:

* Устойчивость внимания проявляется в его способности в течение длительного времени сохраняться на постоянном уровне. Абсолютно устойчивого внимания не существует, и быть не может. В каждый момент времени в силу разных причин, постоянно отвлекающих внимание человека от того, чем он занят, его внимание незначительно колеблется. Устойчивость может зависеть от разных причин. Одни из них связаны с индивидуальными, физиологическими особенностями человека, в частности со свойствами его нервной системы. Люди со слабой нервной системой или находящиеся в состоянии нервного возбуждения могут быстро утомляться, следовательно, их внимание становится более неустойчивым. Человек, который не очень хорошо чувствует себя физически, как правило, тоже характеризуется неустойчивым вниманием. Отсутствие интереса к выполняемой работе способствует частому отвлечению внимания от нее и наоборот, наличие интереса сохраняет внимание в течение длительного периода времени, даже если человек при этом устал.
* Концентрация (или сосредоточенность; противоположенное качество - рассеянность) проявляется в способности внимания собраться, ограничиться, сконцентрироваться на чем-то одном, отвлекаясь от всего остального в данный момент времени. Степень концентрации внимания на объекте может быть различной: от полного игнорирования (невосприятия) всего того, что происходит вокруг, до параллельного – наблюдение за тем, что происходит вокруг (распределение внимания).
* Переключаемость понимается как его перевод с одного предмета на другой и переключение с одного вида деятельности на другой. Данная характеристика внимания проявляется в скорости, с которой человек может переводить свое внимание с одного объекта на другой, причем такой перевод может быть как произвольным, так и непроизвольным. Иногда мы переключаем свое внимание для того, чтобы дать своему организму отдохнуть и восстановить работоспособность нервной системы.
* Распределение проявляется в его способности распределяться между несколькими объектами или распространяться на значительную часть пространства. Зависит от психологического и физического состояния человека.
* Объем – это количественно- качественная характеристика, которая определяется количеством предметов, которые человек одновременно способен удержать в своем внимании (численная характеристика взрослого человека от 5 до 7 предметов)
* Избирательность – это его сосредоточение на наиболее важных предметах.[[3]](#footnote-3)



1.3.Виды внимания.

Все виды внимания можно разделить по двум классификациям.

По степени активности и осознанности:

* Непроизвольным называется внимание, которое происходит не по воли человека в процессах, управляющих вниманием и регулирующих его. Такое внимание возникает, изменяется и исчезает само по себе, помимо желания и сознания человека. Например, мы невольно обращаем внимание на необычные звуки, неожиданные вспышки света, острые запахи, внезапные прикосновения к телу и т.п.
* Произвольным называется внимание, которое связано с участием воли человека. В этом случае человек сознательно и целенаправленно обращает свое внимание на какой-либо объект, удерживает внимание на нем в течение определенного времени и сам переключает свое внимание на новый объект. Например, в какой-то момент у человека может возникнуть необходимость найти определенную мысль в читаемом тексте. Сам процесс чтения будет сознательной, разумной и целенаправленной деятельностью. Внимание будет удерживаться на тексте и его содержании до тех пор, пока нужная мысль не будет найдена.
* Послепроизвольное внимание – это внимание, которое появляется у человека спустя некоторое время после того, как он произвольно удерживал свое внимание на чем – либо. Например, если человек начал чем – либо заниматься и продолжает это делать в течение достаточно длительного времени, то со временем ему уже не надо будет прилагать волевые усилия для того, чтобы и дальше удерживать свое внимание на данном объекте. Однако не все ученые согласны с утверждением о существовании послепроизвольного внимания.[[4]](#footnote-4)

По характеру управления вниманием:

* Непосредственным называется внимание, которое порождается, удерживается и регулируется только тем объектом, на который оно непосредственно направлено. Например, если мы, случайно, взглянули на что-либо, и то, что в данный момент времени оказалось в поле нашего зрения, привлекло внимание к себе, это и будет непосредственным вниманием.
* Опосредствованное внимание – это внимание, которое привлекается и регулируется не тем объектом, на которое оно непосредственно направлено, а чем-либо другим. Например, мы можем попросить человека обратить на что-либо внимание, оставить на видном месте какой-либо предмет с расчетом на то, что увидевший его человек обратит внимание не только на этот предмет, но и на что – либо другое, связанное с этим предметом. Или мы можем нарисовать стрелку в сторону предмета, на который желательно обратить внимание.[[5]](#footnote-5)
  1. Функции внимания.

Внимание в жизни и деятельности человека выполняет много разных функций. Оно активизирует нужные и тормозит ненужные в данный момент психологические и физиологические процессы. Со вниманием связаны направленность и избирательность познавательных процессов. Их настройка непосредственно зависит от того, что в данный момент времени представляется более важным для организма. Вниманием определяется точность и детализация восприятия, прочность и избирательность памяти, направленность и продуктивность мыслительной деятельности. 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, большего достигает в жизни, чем недостаточно внимательный[[6]](#footnote-6).

**Глава II**

**2.1 Формирование и развитие внимания.**

Внимание, как и все психические процессы, имеет низшие и высшие формы. Как низшая психическая функция, внимание представлено непосредственным и непроизвольным . А как высшая психическая функция – произвольным и опосредствованным вниманием. История внимания ребенка – есть история развития организованности его поведения. Произвольное внимание возникает от того, что окружающие ребенка люди начинают при помощи ряда стимулов и средств направлять внимание ребенка, руководить его вниманием, подчинять его своей власти и этим дают в руки ребенка те средства, с помощью которых он в последствии и сам овладевает своим вниманием. С самых первых дней жизни ребенка развитие его внимания происходит в среде, включающей двойной ряд стимулов, влияющих на внимание. Первый ряд – это окружающие ребенка предметы, которые своими яркими необычными свойствами приковывают его внимание. Второй ряд – это речь взрослого человека, произносимые им слова, которые первоначально выступают в роли стимулов-указаний, направляющих внимание ребенка. Таким образом, с первых дней жизни ребенка его внимание в значительной своей части оказывается направляемым с помощью слов-стимулов. Вместе с постепенным овладением активной речью, ребенок начинает управлять и вниманием, причем сначала – вниманием других людей, а за тем и собственным. Сначала люди определенным образом действуют по отношению к ребенку, направляя его вниманием; затем он сам вступает во взаимодействие с окружающими, регулируя их внимание, а далее ребенок начинает действовать на себя, контролируя собственное внимание. Вначале взрослый направляет его внимание словами на окружающие его вещи и вырабатывает, таким образом, из слов могущественные стимулы – указания; затем ребенок начинает активно участвовать в этом указании и сам начинает пользоваться словом и звуком как средством указания, то есть обращать внимание взрослых на интересующие его предметы.

Первоначально процессы произвольного внимания , направляемого речью взрослого, становятся для ребенка, скорее, процессами его внешнего дисциплинирования, чем саморегуляции внимания.

Первые недели – месяцы жизни.

Появление ориентировочного рефлекса как объективного, врожденного признака, наличие непроизвольного и непосредственного внимания ребенка.

Конец первого года жизни.

Возникновение ориентировочно – исследовательской деятельности как средство будущего развития произвольного внимания. В это время ребенок не просто реагирует на новые впечатления, а сам активно ищет их. Такое поведение можно рассматривать как предпосылку возникновения и развития в будущем произвольного внимания.

Начало второго года жизни.

Обнаружение зачатков произвольного внимания под влиянием речевых инструкций взрослого, его жестов, направления взоров на названный или указанный взрослым предмет. На этой стадии взрослый человек начинает использовать средства управления вниманием ребенка – такие, которыми в будущем мог бы воспользоваться и сам ребенок для произвольного управления вниманием других людей.

Второй - третий год жизни.

Хорошее развитие указанных выше форм внимания, начало активного пользования самим ребенком предложенными ему средствами для того, чтобы управлять вниманием взрослых.

Четыре с половиной - пять лет.

Появление у ребенка способности направлять свое внимание на что-либо под влиянием сложной речевой инструкции взрослого человека. Начало освоения символьных средств управления (знаки, рисунки). В это время у детей появляется эгоцентрическая речь, которая становится средством управления собственным вниманием в игре, то есть на этом этапе можно констатировать начало развития у ребенка произвольного и опосредствованного внимания.

Пять – шесть лет.

Возникновение элементарной формы произвольного внимания под влиянием самоинструкции, с опорой на внешние, вспомогательные средства. Внутренним средством управления вниманием ребенка становится внутренняя речь.

Школьный возраст.

Дальнейшее развитие и совершенствование произвольного и опосредствованного внимания на основе внутренней речи и более совершенных внешних средств.[[7]](#footnote-7)

**2.2. Нарушения внимания.**

Существует три основных группы нарушения внимания: гипопрозексия, гиперпрозексия и парапрозексия.

При гипопрозексиях встречаются разнообразные варианты ослабления внимания. Полная неспособность к сосредоточению, концентрации внимания называется апрозексией. Последняя сопровождается повышенной отвлекаемостью.

При гиперпрозексиях внимание усилено, причем часто за счет односторонней его направленности. Например, больные с ипохондрическими состояниями проявляют патологически повышенное внимание к своим болезненным ощущениям и всему тому, что имеет отношение к здоровью.

Парапрозексия — извращение внимания, которое чаще понимается как его сосредоточение на объектах патологического характера (бред, галлюцинации). Чаще всего это возникает при чрезмерно сильном напряжении внимания, которое само по себе становится непереносимым для нервной системы человека, что и обуславливает парадоксальные реакции со стороны внимания. Парапрозексии могут возникать и у здоровых людей. Например, спортсмен на старте не слышит выстрела стартового пистолета, хотя активно сосредотачивался и готовился к этому моменту[[8]](#footnote-8).

**III Глава.**

**Теории внимания.**

Одну из наиболее известных психологических теорий внимания предложил Т. Рибо. Он считал, что внимание всегда связано с эмоциями и вызывается ими. Поэтому он предполагал тесную зависимость между эмоциями и произвольным вниманием. Непроизвольное внимание тоже зависит от аффективных состояний.[[9]](#footnote-9)Случаи глубокого и устойчивого непроизвольного внимания обнаруживают все признаки неутомимой страсти, постоянно возобновляющейся и постоянно жаждущей удовлетворения[[10]](#footnote-10).

По мнению Т. Рибо, двигательный эффект внимания состоит в том, что некоторые ощущения получают особую интенсивность по сравнению с прочими вследствие того, что вся двигательная активность оказывается сосредоточенной на них. Секрет произвольного внимания заключается в умении управлять движениями. Произвольно восстанавливая движения, мы тем самым обращаем на это наше внимание. Таковы характерные черты моторной теории внимания по Т. Рибо.

Существует еще одна теория, связывающая внимание с понятием установки. Эта теория была предложена Д.Н. Узнадзе и поначалу касалась особого рода состояния предварительной настройки, которое под влиянием опыта возникает в организме и определяет его реакции на последующие действия.

Например, если человеку дать в руки два одинаковых по объему, но разных по весу предмета, то затем он будет по-разному оценивать вес других, одинаковых предметов. Тот из них, который окажется в руке, где раньше находился более легкий предмет, на этот раз покажется более тяжелым, и наоборот, хотя два новых предмета на самом деле во всех отношениях будут одинаковыми.

Установка, по мнению Д.Н. Узнадзе, напрямую связана с вниманием. Внутренне она и выражает собой состояние внимания человека.[[11]](#footnote-11) На основе актуальной в каждом данном случае установки в сознании субъекта вырастает ряд психических содержаний, переживаемых им с достаточной степенью ясности и отчетливости для того, чтобы быть в состоянии ориентироваться в условиях ситуации.[[12]](#footnote-12)

Интересную концепцию внимания предложил П.Я.Гальперин. Основные положения теории:

1. Внимание – один из моментов ориентировочно-исследовательской деятельности, представляющее собой психологическое действие, направленное на содержание образа, имеющего в данный момент времени в психике человека.
2. По своей функции внимание представляет контроль за этим содержанием. В каждом действии человека есть ориентировочная, исполнительская и контрольная части.
3. В отличии от других действий, внимание не имеет особенного результата.
4. Внимание как конкретный акт выделяется тогда, когда действие становится не только умственным, но и сокращенным.
5. Во внимании контроль осуществляется при помощи образца, что создает возможность сравнения результатов действия и его уточнения.
6. Произвольное внимание – планомерно осуществляемое внимание (форма контроля, выполняемого по заранее составленному образцу)
7. Чтобы сформировать новый прием произвольного внимания , мы должны наряду с основной деятельностью предложить человеку задание проверить ее ход и рзультаты.
8. Все акты внимания являются результатом формирования новых умственных действий.

**Глава IV**

Словарь.

Внутренняя речь – беззвучная речь, возникающая в процессе мышления. Является производной формой внешней речи, специально приспособленной к выполнению мыслительных операций в уме.

Детская психология – отрасль психологии, изучающая закономерности психического развития ребенка.

Деятельность – активное взаимодействие с окружающей действительностью, в ходе которого живое существо выступает как субъект, целенаправленно воздействующий на объект и удовлетворяющий свои потребности.

Деятельность познавательная – деятельность, которая формируется в процессе обучения и воспитания к концу дошкольного возраста.

Импульсивность – особенность поведения человека, заключающаяся в склонности действовать по первому побуждению, под влияние внешних обстоятельств или эмоций.

Конфликт – противоречие, столкновение противоположно направленных интересов, целей и мнений.

Ориентировочно – исследовательская деятельность – деятельность, направленная на обследование окружающих предметов в целях получения информации, необходимой для решения стоящих перед субъектом задач.

Психология – наука о закономерностях развития и функционирования психики как особой формы жизнедеятельности.

Сознание - способность адекватно воспринимать окружающую реальность.

Эгоцентрическая речь – говорение без попыток встать на точку зрения собеседника, что характерно для ребенка.[[13]](#footnote-13)

**Заключение.**

Многие проблемы, возникающие в учении, непосредственно связаны с недостатками в развитии внимания. В онтогенезе внимание изменяется мало, и его основные характеристики с возрастом остаются достаточно устойчивыми, но со временем можно избавиться от многих недостатков, т.к. одни слаборазвитые свойства внимания компенсируются усиленным развитием других качеств. Например, слабая устойчивость внимания компенсируется хорошей переключаемостью.[[14]](#footnote-14)

Таким образом, в реферате была рассмотрена тема: «Психология внимания». И можно сделать вывод, что внимание включает в себя формирование чувства ответственности за выполняемую работу, четкой организации выполняемой деятельности и развитие интереса к ней; обладает шестью свойствами, пятью видами и тремя основными группами нарушения внимания.

В итоге работы я достигла поставленной цели, т.е. я узнала много новой информации о внимании. И я могу согласиться со второй группой ученых, что внимание представляет собой самостоятельный психический процесс и особое психологическое состояние человека, потому что у него есть свои собственные характеристики.

«Следует отметить ,что когда человек хочет на чем-то сосредоточиться, он предпринимает значительные усилия сознания, концентрирует свою волю, начинает управлять своими действиями. У него изменяется поведение, появляется осторожность, становится более острым зрительное восприятие»

С.Л. Рубинштейн.

**Список используемой литературы:**

Книги:

1. Большой Психологический Словарь. Под редакцией Б.Г.Мещерякова, В.П.Зинченко. – М.:2009
2. Гальперин П.Я. К проблеме внимания ,, Хрестоматия по вниманию. –М., 1976
3. Крысько В.Г. Общая психология в схемах и комментариях: СПб.:2009
4. Немов Р.С. Психология: Учебник. – М.: 2008.

Рибо Т. Психология внимания // Хрестоматия по вниманию.-М.,1976. с. 71-72

Узнадзе Д.Н. Установка у человека ,, Хрестоматия по вниманию. –М., 1976. – с.266

Интернет-источник:

http://medbookaide.ru/books/fold1002/book2105/p32.php на 2010 год

1. Немов Р.С. Психология: Учебник. – М.: 2008. [↑](#footnote-ref-1)
2. В. Г. Крысько. Общая психология в схемах и комментариях. СПб.:2009 [↑](#footnote-ref-2)
3. В. Г. Крысько. Общая психология в схемах и комментариях. СПб.:2009 [↑](#footnote-ref-3)
4. В. Г. Крысько. Общая психология в схемах и комментариях. СПб.:2009 [↑](#footnote-ref-4)
5. В. Г. Крысько. Общая психология в схемах и комментариях. СПб.:2009 [↑](#footnote-ref-5)
6. Немов Р.С. Психология: Учебник. – М.: 2008. [↑](#footnote-ref-6)
7. Немов Р.С. Психология: Учебник. – М.: 2008. [↑](#footnote-ref-7)
8. http://medbookaide.ru/books/fold1002/book2105/p32.php на 2010 год [↑](#footnote-ref-8)
9. Немов Р.С. Психология в 3-х кн. Кн. 1: Общие основы психологии. 2010. с. 208-209. [↑](#footnote-ref-9)
10. См.: Рибо Т. Психология внимания // Хрестоматия по вниманию.-М.,1976. с. 71-72 [↑](#footnote-ref-10)
11. Немов Р.С. Психология в 3-х кн. Кн. 1: Общие основы психологии. 2010. с. 209-210. [↑](#footnote-ref-11)
12. Узнадзе Д.Н. Установка у человека ,, Хрестоматия по вниманию. –М., 1976. – с.266 [↑](#footnote-ref-12)
13. Большой Психологический Словарь. Под редакцией Б.Г.Мещерякова, В.П.Зинченко. – М.:2009. [↑](#footnote-ref-13)
14. Немов Р.С. Психология в 3-х кн. Кн. 3: Психодиагностика. 2010. [↑](#footnote-ref-14)