**Введение**

На человека непрерывно действует много предметов и явлений, обладающих разными свойствами. Из всего этого в каждый момент ясно воспринимается им только немногое. Все остальное или вовсе не замечается, или подмечается смутно, неопределенно. Припоминая, воображая, думая, человек также сосредоточивается на чем-либо определенном, ограниченном (что и является объектом представлений или мыслей), отвлекаясь от всего остального. То же самое характерно для всех видов психической деятельности.

Актуальность работы обусловлена тем, что природа и сущность внимания вызывают серьезные разногласия в психологической науке. Некоторые специалисты даже сомневаются в существовании внимания как особой самостоятельной функции, считают его только стороной или моментом других психических процессов. Но открытие нейронов внимания, клеток-детекторов новизны, изучение особенностей функционирования ретикулярной формации и особенно образования доминант, являющихся физиологическим коррелятом внимания, позволяет утверждать, что оно представляет собой психическое образование, чьи структуры анатомически и физиологически относительно независимы от сенсорных процессов. Сложности объяснения феномена внимания вызваны тем, что оно не обнаруживается в «чистом» виде, функционально оно всегда «внимание к чему-либо». Поэтому внимание следует рассматривать как психофизиологический процесс, состояние, характеризующее динамические особенности познавательных процессов. Внимание и обусловливает избирательность, сознательный или полусознательный отбор информации, поступающей через органы чувств.

Различные подходы к пониманию внимания и к фактам селективности психических процессов в истории изучения внимания в психологии делали почти невозможным научное решение вопроса о мозговых механизмах. Только после внесения в психологию исторического принципа анализа сложных форм психической деятельности, связанного, прежде всего с работами Л.С.Выготского и его сотрудников; установление новых физиологических факторов, раскрывающих механизмы селективного протекания нейрофизиологических процессов стало возможным в корне пересмотреть классические взгляды на процессе внимания и по-новому трактовать явление внимания.

Механизмы внимания - одна из важнейших проблем психологии и нейрофизиологии, разработкой которой занимается у нас и за рубежом. Изучением видов, свойств, функций внимания занимались такие видные психологи, как Т. Рибо, Э. Титченер, Д.Н. Узнадзе, П.Я. Гальперин, Л.С. Выготский и многие другие.

Цель работы - исследование видов, свойств, функций и основных теорий внимания.

Объект исследования: внимание.

Предмет исследования: свойства, функции, виды и теории внимания.

Цель, объект и предмет исследования предполагают постановку и решение следующих задач:

дать понятие вниманию и рассмотреть его сущность;

ознакомиться с основными теориями внимания;

рассмотреть психофизиологию внимания;

выявить функции, свойства и виды внимания.

Метод исследования - теоретический анализ литературы по данной тематике.

**психический деятельность внимание устойчивость**

**1. Теоретические основы внимания**

**.1 Сущность и основные характеристики процесса внимания**

Внимание - психический процесс, обеспечивающий сосредоточенность психической деятельности на определенных объектах и явлениях и обеспечивающий наилучшее отражение их в сознании.

Из всех психических процессов оно изучалось физиологами наиболее пристально, в частности знаменитым отечественным физиологом Иваном Петровичем Павловым. Согласно его воззрениям, в основе внимания лежит формирование очагов оптимальной возбудимости в полушариях большого мозга, прежде всего в коре, в то время как соседние области находятся в состоянии торможения. При этом формируется не один, а несколько очагов, соединяющихся между собой разнообразными связями. Внимание (по И. П. Павлову) образно можно сравнить с постоянно перемещающимся по мозговым полушариям и меняющимся по величине и форме светлым пятном, на всем остальном пространстве окруженном тенью.

Уже после смерти И. П. Павлова стали развиваться представления о подкорковых активирующих системах: ретикулярной формации среднего мозга, неспецифической в отношении характера действующих стимулов и специфической активирующейся системе таламуса. Эти структуры также участвуют в обеспечении оптимального уровня внимания.

Исходя из определения, для внимания характерны направленность и сосредоточенность. Первое означает привлечение внимания к тем объектам, которые имеют для человека первостепенное значение. Сосредоточенность внимания характеризует процесс углубления в деятельность и полное отвлечение от всего, что не имеет к этому отношения.

Внимание подразделяется на непроизвольное и произвольное. Когда оно привлекается на неожиданные или непривычные внешние стимулы (резкий гудок автомобиля, громкие голоса, вспышки сварки и т. п.), такое внимание непроизвольно и представляет собой, по сути дела, ориентировочный рефлекс, общий для человека и животных. Произвольное внимание возникает под влиянием сознательно поставленных целей (обычно - устойчивых мотиваций) и волевого усилия. Оно необходимо для любой целенаправленной деятельности.

Свойства внимания. В различных литературных источниках указывается разное количество таких основных свойств и используется порой разная терминология. В то же время постоянно упоминаемые свойства следующие.

. Устойчивость - длительность сосредоточения внимания на определенных объектах (иногда говорят об «интенсивности» или «концентрации»). Феномен, противоположный устойчивости внимания, носит как бытовое, так и научное название - рассеянности. Когда она наблюдается у маленьких детей или при болезнях - неврозах, гипоксических или гипогликемических состояниях, перенасыщении или атеросклерозе, - говорят об истинной рассеянности. Мнимая рассеянность наблюдается при сверхсосредоточении на какой-то идее или деятельности.

. Объем - количество объектов, которые одновременно могут охватываться вниманием. Подсчитано, что оно в норме составляет 4-7. Объем внимания у маленьких детей не настолько снижен по сравнению со взрослыми, как устойчивость. В то же время его уменьшение в старости происходит быстрее, чем снижение устойчивости. Как полезное свойство внимания, близкое к объему, некоторые авторы выделяют распределение - способность к выполнению двух (иногда большего количества) действий одновременно.

. Переключаемость - способность перевода внимания с одного объекта на другой, без нарушения устойчивости (концентрации). Переключаемость внимания в пожилом и старческом возрасте особенно страдает, поэтому такие лица лучше выполняют однообразную работу в одиночестве. Переключить внимание детей очень легко.

К факторам, влияющим на внимание, относят физическое состояние человека, фон настроения (утомление, возбуждение, апатия), условия среды (освещенность, шум, температура, влажность воздуха), употребление определенных веществ: например, алкоголя, никотина, кофе.

В. Д. Менделевич приводит признаки нарушения устойчивости внимания у детей: беспокойные движения; отвлекаемость на незначительные стимулы; ответы, не задумываясь; частый переход от одного действия к другому; склонность терять вещи; снижение чувства опасности (например, при перебегании через улицу).

Среди лекарств, снижающих эффективность внимания, следует упомянуть транквилизаторы, особенно ночные (феназепам, реланиум), атропиноподобные вещества - беллоид, белласпон и др. Внимание нарушается после приема даже небольших доз алкоголя (50,0), что доказано экспериментально (хотя потребителям кажется, что их интеллектуальные качества улучшились). Кофе, чай, ряд стимуляторов растительного происхождения (женьшень, китайский лимонник и др.), ноотропные средства (пирацетам, пантогам и др.) улучшают свойства внимания, однако при злоупотреблении указанными бытовыми напитками или передозировках лекарств улучшение внимания сменяется противоположным эффектом.

**.2 Психофизиология внимания**

Принято считать, что физиологическую основу, на которой развивается и функционирует внимание, составляет ориентировочная реакция.

Ориентировочная реакция (ОР) впервые была описана И.П. Павловым как двигательная реакция животного на новый, внезапно появляющийся раздражитель. Она включала поворот головы и глаз в сторону раздражителя и обязательно сопровождалась торможением текущей условно-рефлекторной деятельности. Другая особенность Ориентировочной реакции заключалась в угашении всех ее поведенческих проявлений при повторении стимула. Угасшая ОР, легко восстанавливалась при малейшем изменении обстановки.

Использование полиграфической регистрации показало, что ориентировочная реакция вызывает не только поведенческие проявления, но и целый спектр вегетативных изменений. Отражением этих генерализованных изменений являются различные компоненты ориентировочных реакций: двигательный (мышечный), сердечный, дыхательный, кожно-гальванический, сосудистый, зрачковый, сенсорный и электроэнцефалографический. Как правило, при предъявлении нового стимула повышается мышечный тонус, изменяется частота дыхания, пульса, возрастает электрическая активность кожи, расширяются зрачки, снижаются сенсорные пороги. В электроэнцефалограмме в начале ориентировочной реакции возникает генерализованная активация, которая проявляется в блокаде (подавлении) альфа-ритма и смене его высокочастотной активностью. Одновременно с этим возникает возможность объединения и синхронной работы нервных клеток не по принципу их пространственной близости, а по функциональному принципу. Благодаря всем этим изменениям возникает особое состояние мобилизационной готовности организма.

Чаще других в экспериментах, направленных на изучение ориентировочной реакции, используют показатели кожно-гальванической реакции (КГР). Она обладает особой чувствительностью к новизне стимула, модальна неспецифична, т.е. не зависит от того, какой именно стимул вызывает ориентировочную реакцию. Кроме того, КГР быстро угасает, даже если ориентировочная реакция вызвана болевым раздражителем. Однако КГР тесно связана с эмоциональной сферой, поэтому использование КГР при изучении ориентировочной реакции требует четкого разделения собственно ориентировочного и эмоционального компонентов реагирования на новый стимул.

Механизм возникновения и угашения ориентировочной реакции получил толкование в концепции нервной модели стимула, предложенной Е.Н. Соколовым. Согласно этой концепции, в результате повторения стимула в нервной системе формируется «модель», определенная конфигурация следа, в которой фиксируются все параметры стимула. Ориентировочная реакция возникает в тех случаях, когда обнаруживается рассогласование между действующим стимулом и сформированным следом, т.е. «нервной моделью». Если действующий стимул и нервный след, оставленный предшествующим раздражителем, идентичны, то ориентировочная реакция не возникает. Если же они не совпадают, то ориентировочная реакция возникает и оказывается до известной степени тем сильнее, чем больше различаются предшествующий и новый раздражители. Поскольку ориентировочная реакция возникает в результате рассогласования афферентного раздражения с «нервной моделью» ожидаемого стимула, очевидно, что ориентировочная реакция будет длиться до тех пор, пока существует эта разница.

В соответствии с этой концепцией ориентировочная реакция должна фиксироваться при любом сколько-нибудь ощутимом расхождении между двумя последовательно предъявляемыми стимулами. Имеются, однако, многочисленные факты, которые свидетельствуют о том, что ориентировочная реакция далеко не всегда обязательно возникает при изменении параметров стимула.

Ориентировочный рефлекс связан с адаптацией организма к меняющимся условиям среды, поэтому для него справедлив «закон силы». Иначе говоря, чем больше изменяется стимул (например, его интенсивность или степень новизны), тем значительнее ответная реакция. Однако не меньшую, а нередко и большую реакцию могут вызвать ничтожные изменения ситуации, если они прямо адресованы к основным потребностям человека.

Кажется, что более значимый и, следовательно, в чем-то уже знакомый человеку стимул должен при прочих равных условиях вызывать меньшую ориентировочную реакцию, чем абсолютно новый. Факты, однако, говорят о другом. Значимость стимула нередко имеет решающее значение для возникновения ориентировочной реакции. Высоко значимый стимул может вызвать мощную ориентировочную реакцию, имея небольшую физическую интенсивность.

Существенно и другое: восприятие значимого стимула нередко сопровождается формированием ответной адекватной реакции. Присутствие моторных компонентов свидетельствует о том, что ориентировочная реакция предоставляет собой единство воспринимающих и исполнительных механизмов. Таким образом, ориентировочная реакция, традиционно рассматриваемая как реакция на новый раздражитель, представляет частный случай ориентировочной деятельности, которая понимается как организация новых видов деятельности, формирование активности в изменившихся условиях среды.

Одним из наиболее выдающихся достижений нейрофизиологии в ХХ в. явилось открытие и систематическое изучение функций неспецифической системы мозга, которое началось с появления в 1949 г. книги Г. Моруцци и Г. Мэгуна «Ретикулярная формация мозгового ствола и реакция активации в ЭЭГ».

Ретикулярная формация наряду с лимбической системой образуют блок модулирующих систем мозга, основной функцией которых является регуляция функциональных состояний организма. Первоначально к неспецифической системе мозга относили в основном лишь сетевидные образования ствола мозга и их главной задачей считали диффузную генерализованную активацию коры больших полушарий. По современным представлениям, восходящая неспецифическая активирующая система простирается от продолговатого мозга до зрительного бугра (таламуса).

Таламус, входящий в состав промежуточного мозга, имеет ядерную структуру. Он состоит из специфических и неспецифических ядер. Специфические ядра обрабатывают всю поступающую в организм сенсорную информацию, поэтому таламус образно называют коллектором сенсорной информации. Специфические ядра таламуса связаны, главным образом, с первичными проекционными зонами анализаторов. Неспецифические ядра направляют свои восходящие пути в ассоциативные зоны коры больших полушарий. В 1955 г. Г. Джаспером было сформулировано представление о диффузно-проекционной таламической системе. Опираясь на целый ряд фактов, он утверждал, что диффузная проекционная таламическая система (неспецифический таламус) в определенных пределах может управлять состоянием коры, оказывая на нее как возбуждающее, так и тормозное влияние.

В экспериментах на животных было показано, что при раздражении неспецифического таламуса в коре головного мозга возникает реакция активации. Эту реакцию легко наблюдать при регистрации энцефалограммы, однако активация коры при раздражении неспецифического таламуса имеет рад отличий от активации, возникающей при раздражении ретикулярной формации ствола мозга.

По современным представлениям, переключение активирующих влияний с уровня ретикулярной формации ствола мозга на уровень таламической системы означает переход от генерализованной активации коры к локальной:

Первая отвечает за глобальные сдвиги общего уровня бодрствования;

Вторая отвечает за избирательное сосредоточение внимания.

Ретикулярная формация ствола мозга и неспецифический таламус тесно связаны с корой больших полушарий. Особое место в системе этих связей занимают фронтальные зоны коры. Предполагается, что возбуждение ретикулярной формации ствола мозга и неспецифического таламуса по прямым восходящим путям распространяется на передние отделы коры. При достижении определенного уровня возбуждения фронтальных зон по нисходящим путям, идущим в ретикулярную формацию и таламус, осуществляется тормозное влияние. Фактически здесь имеет место контур саморегуляции: ретикулярная формация изначально активизирует фронтальную кору, а та в свою очередь тормозит (снижает) активность ретикулярной формации. Поскольку все эти влияния носят градуальный характер, т.е. изменяются постепенно, то с помощью двухсторонних связей фронтальные зоны коры могут обеспечивать именно тот уровень возбуждения, который требуется в каждом конкретном случае. Таким образом, фронтальная кора - важнейший регулятор состояния бодрствования в целом и внимания как избирательного процесса. Она модулирует в нужном направлении активность стволовой и таламической систем. Благодаря этому можно говорить о таком явлении, как управляемая корковая активация.

Изложенная выше схема не исчерпывает всех представлений о мозговом обеспечении внимания. Она характеризует общие принципы нейрофизиологической организации внимания и адресуется, главным образом, к так называемому модально-неспецифическому вниманию. Более детальное изучение позволяет специализировать внимание, выделив его модально-специфические виды. Как относительно самостоятельные можно описать следующие виды внимания: сенсорное (зрительное, слуховое, тактильное), двигательное, эмоциональное и интеллектуальное. Клиника очаговых поражений показывает, что эти виды внимания могут страдать независимо друг от друга и в их обеспечении принимают участие разные отделы мозга. В поддержании модально-специфических видов внимания принимают активное участие зоны коры, непосредственно связанные с обеспечением соответствующих психических функций.

Известный исследователь внимания М. Познер утверждает, что в мозге человека существует самостоятельная система внимания, которая анатомически изолирована от систем обработки поступающей информации. Внимание поддерживается за счет работы разных анатомических зон, образующих сетевую структуру, и эти зоны выполняют разные функции, которые можно описать в когнитивных терминах. Причем выделяется ряд функциональных подсистем внимания. Они обеспечивают три главные функции: ориентацию на сенсорные события, обнаружение сигнала для фокальной (сознательной обработки) и поддержание бдительности, или бодрствующего состояния. В обеспечении первой функции существенную роль играет задняя теменная область и некоторые ядра таламуса, второй - латеральные и медиальные отделы фронтальной коры. Поддержание бдительности обеспечивается за счет деятельности правого полушария.

Действительно, немало экспериментальных данных свидетельствует о разном вкладе полушарий в обеспечение не только восприятия, но и избирательного внимания. По этим данным, правое полушарие в основном обеспечивает общую мобилизационную готовность человека, поддерживает необходимый уровень бодрствования и сравнительно мало связано с особенностями конкретной деятельности. Левое в большей степени отвечает за специализированную организацию внимания в соответствии с особенностями задачи.

**2. Свойства, виды и функции внимания**

**.1 Функции внимания**

Функции внимания: активизация, обеспечение избирательности познавательных процессов, по мнению Р.С. Немова.

Характеризуя внимание как сложное психическое явление, Л.Д. Столяренко выделяет ряд функций внимания. Наряду с функцией отбора выделяется функция удержания (сохранения) данной деятельности (сохранение в сознании образов, определенного предметного содержания) до тех пор, пока не завершится акт поведения, познавательная деятельность, пока не будет достигнута цель. Одной из важнейших функций внимания является регуляция и контроль протекания деятельности.

Внимание характеризует согласованность различных звеньев функциональной структуры действия, определяющую успешность его выполнения (например, скорость и точность выполнения задачи).

Кошелева И.А выделяет три функции внимания:

. Первая функция внимания - активизация нужных и торможение ненужных психологических и физиологических процессов.

. Вторая функция внимания - способствование организованному и целенаправленному отбору поступающей информации.

. Третья функция внимания - обеспечение избирательной и длительной сосредоточенности психической активности на одном и том же объекте или виде деятельности.

В западной психологии накоплен большой экспериментальный материал, касающийся функций внимания. Причина, по которой человек направляет внимание избирательно на некоторые признаки, часто приписывается недостаточной пропускной способности канала или нашей неспособности обрабатывать все сенсорные признаки одновременно. Такое представление предполагает, что где-то в переработке информации есть «узкое место», частично обусловленное неврологическими возможностями. Что касается количества информации, на которое человек реагирует и которое запоминает, то здесь, видимо, есть дополнительное сенсорное ограничение.

В рамках информационного подхода было предложено несколько моделей, в которых определены функция и локализация этого «узкого места». В одной из этих моделей, связанной с именем Д. Бродбента, предполагается, что узкое место находится на этапе перцептивного анализа или непосредственно перед ним: некоторая «обойденная вниманием» часть информации просто не передается для дальнейшего перцептивного анализа. Согласно другой модели, описанной в публикации Дойча, узкое место находится на этапе выбора ответственной реакции или непосредственно перед ним. Согласно этой модели, перцептивному анализу подвергается вся информация, но только на часть ее вырабатывается ответная реакция. Исследования избирательного внимания и пропускной способности проводились на материале слуховых и зрительных сигналов.

**2.2 Виды внимания**

Физиологической основой непроизвольного внимания становятся ориентировочно-исследовательский рефлекс, или рефлекс «Что такое?», как называл его И. П. Павлов, и явление доминанты, открытое А.А.Ухтомским. Оба нервных механизма носят общебиологический характер, т.е. присущи не только человеку, но и животным.

Доминанта может быть основой непроизвольного и произвольного внимания. Она обеспечивает избирательность и устойчивость той или иной деятельности, защищая ее от помех. Доминанта обладает рядом закономерностей: удержание устойчивого возбуждения центров управления актуальным поведением; использование энергии любых других раздражений для усиления этого поведения; активное подавление других видов деятельности.

Исходя из открытых закономерностей, наилучшее внимание в процессе мыслительной деятельности достигается в обстановке, когда помимо основного раздражителя действуют еще и слабые побочные раздражители (не вызывающие ориентировочной реакции), которые обычно усиливают действие основного раздражителя. На это обстоятельство обращал внимание еще И. М. Сеченов, который отмечал, что полная тишина не повышает, а снижает эффект умственной работы, так как в этих условиях сосредоточить внимание на работе становится трудно. Отвлекают внимание сильные или необычные раздражители, вызывающие наш интерес (например, радио и телевизионные передачи, музыка).

Охарактеризуем более подробно некоторые виды внимания.

Непроизвольное (непреднамеренное) внимание свойственно животным и людям уже в грудном возрасте - как непроизвольное привлечение внимания к стимулам или переключение его на другие - по механизму ориентировочного рефлекса.

Непроизвольное внимание вызывают раздражители, обладающие определенными свойствами, такими как:

) сила (сильный звук, яркий свет);

) новизна, необычность (необычный акцент речи);

) подвижность предмета, а также начало или прекращено действия раздражителя.

Произвольное (преднамеренное) внимание - основное качество внимания взрослого здорового человека. Это сознательное сосредоточение на определенной информации. Его поддержание требует волевых усилий, а потому его оптимальное состояние обычно длится примерно 20 минут, после чего наступает утомление.

Предполагается, что произвольное внимание возникло у человека и развивалось в процессе труда, так как именно трудовая деятельность требует сознательного направления и поддержания внимания. У школьников произвольное внимание развивается в процессе учебы, воспитания и самовоспитания. Этому способствует ясная постановка цели, четкая организация деятельности, сохранение и поддержание внимания в ходе всей работы.

Помимо произвольного и непроизвольного внимания выделяют внимание послепроизвольное, соединяющее в себе некоторые черты того и другого внимания.

Послепроизвольное внимание - качество внимания, в структуре которого волевой компонент заменен интересом и автоматизированными навыками. Обычно оно возникает в результате вхождения в деятельность, может удерживаться длительное время, сохраняя целенаправленность, снимая первоначальное напряжение, И поддерживать высокую работоспособность в течение нескольких часов, сближаясь по этому показателю с непроизвольным вниманием.

Э. Рутман выжеляет такой вид внимания, как - внимание поддерживаемое. Поддерживаемое внимание - это процесс (или совокупность процессов), обеспечивающий в течение длительного времени (от секунд до нескольких часов) внимание к редким непредсказуемым сигналам, или, иначе говоря, «состояние готовности обнаруживать и реагировать на определенные незначительные изменения, возникающие со случайными интервалами в окружающей среде». Каждому хорошо известно усилие, требуемое для выполнения подобных задач (например, посещение скучной обязательной лекции).

Д. Бродбент выделяет два основных вида внимания: непроизвольное и произвольное (избирательное, селективное). Оба вида внимания имеют разные функции, по-разному формируются в онтогенезе, и в их основе лежат различные физиологические механизмы.

**2.3 Свойства внимания**

К основным свойствам внимания относят: объем, сосредоточенность, переключение, распределение, устойчивость (и отвлекаемость).

Объем внимания определяется количеством объектов, которые воспринимаются одновременно с достаточной ясностью.

Сосредоточенность (концентрация) - это удержание внимания на одном объекте или одной деятельности при отвлечении от всего остального.

Переключение - намеренный осознанный перенос внимания с одного объекта на другой в связи с переходом от одной деятельности к другой и с постановкой новой задачи.

Распределение - возможность удерживать в сфере внимания одновременно несколько объектов; выполнять несколько видов деятельности.

Устойчивость - длительность сосредоточения внимания на объекте. Ему противостоит колебание внимания - периодическое отвлечение и ослабление внимания к данному объекту или деятельности.

К свойствам внимания относится и переключение внимания.

Переключение внимания состоит в перестройке внимания, в переносе его с одного объекта на другой. Различают переключение внимания преднамеренное (произвольное) и непреднамеренное (непроизвольное). Преднамеренное переключение внимания сопровождается участием волевых усилий человека.

Непреднамеренное переключение внимания обычно протекает легко, без особого напряжения и волевых усилий.

Существует ряд методик для изучения свойств внимания. Батарею тестов составили методики, позволяющие оценить основные свойства внимания: избирательность (методика Мюнстерберга), объем (одноцветные таблицы Шульте-Платонова), устойчивость (корректурные таблицы, составленные из различных элементов: колец Ландольта, цифр, букв - таблица Анфимова, бессмысленных буквосочетаний), переключение (двухцветные таблицы Шульте-Горбова). Некоторые из использованных методик позволяют оценить несколько свойств внимания. Например, таблицы Шульте- Платонова традиционно применяются для оценки объема внимания, но использование нескольких таблиц позволяет судить и о его устойчивости.

**3. Типы расстройства внимания**

Встречаются частичные расстройства внимания. Крепелин различает следующие формы:

. Снижение внимания; больной ни на что не обращает внимания, у него ничего не вызывает ни воспоминаний, ни интереса.

. Замыкание внимания: больной все хорошо понимает, но на что бы ему ни указали, он внимания не обращает; он не желает, чтобы кто-то оказывал на него какое-либо влияние, а потому любые вопросы оставляет без ответа.

. Затрудненность внимания; все внешние признаки внимания сохранены, но больному требуется ненормально много времени для того, чтобы понять сказанное. Как видно, в данном случае поврежден временной момент внимания.

. Определенность внимания внешним раздражением: каждый новый раздражитель привлекает внимание больного (гипердинамическое внимание).

. Внешне аналогичный эффект имеет место и тогда, когда внимание больного ненормально легко переключается с предмета на предмет по той простой причине, что предмет действует на сознание поверхностно, как это происходит, скажем, во время усталости; в этом случае имеем дело с ненормально усиленной рассеянностью.

Состояние отсутствия внимания называется рассеянностью. Рассеянность при выполнении деятельности указывает на то, что человек думает о чем-то другом. Возникают ошибки невнимания - сбои действий, замена одних действий или операций другими. В частности, может происходить разрыв между внешними действиями и внутренними, возникает «пустой взор» («смотрит в книгу, видит фигу»). Рассеянность может быть действительной, когда субъект отключен как от внешних, так и от внутренних сигналов (утомление, засыпание, медитации и т. п.), или мнимой, которая является следствием очень глубокой внутренней концентрации. Выделяют четыре вида рассеянности:

. Поэтическая - состояние мечтательности и грез наяву, погружение в поток мыслей и ярких образов.

. Профессорская, при которой контролируемый и эмоционально нейтральный ход мыслей логически упорядочен и строго направлен на достижение отдаленной и идеальной цели или решение сложной задачи. (Всем известны анекдотические истории о нелепом поведении очень умных и увлеченных своим делом ученых.)

. Ученическая рассеянность выражается в чрезвычайной переключаемости, неустойчивости внимания, помехонеустойчивости. Она встречается и при занятиях неинтересной монотонной деятельностью и при некоторых видах психической патологии.

. Старческая - это плохая переключаемость и концентрация, залипание внимания на предмете или мысли. Встречается также при депрессии, так называемая «умственная жвачка».

**Заключение**

Внимание - это главное условие осуществления познавательных процессов. Оно, не являясь самостоятельным процессом, составляет неотъемлемую часть, свойство различных видов деятельности, в том числе познавательной. Внимание не имеет своего, отдельного и специфического продукта. Его результатом является улучшение всякой, в том числе и речевой, деятельности.

Внимание - это сосредоточенность сознания человека на определенных объектах при одновременном отвлечении от других. Такими объектами могут стать предметы, явления, их свойства и отношения, а также действия, мысли и чувства других людей (внешнее) и наши собственные (внутреннее). Внимание позволяет достигнуть полного и отчетливого их отражения в сознании человека. Направленность, или избирательность, внимания как поиск, выбор объектов познания проявляется в различных формах, например, в виде бдительности, настороженности.

Значение внимания многопланово. Благодаря устойчивости внимания сознание не утрачивает того, что было однажды предметом сосредоточения. Патология внимания наблюдается практически при всех серьезных соматических заболеваниях и касается всех его свойств (сужается объем, затрудняется переключение, развивается неустойчивость внимания и рассеянность). В первую очередь все-таки страдает устойчивость (патогенные факторы - в основном астенизирующие).

В последние годы достигнуты значительные успехи в изучении нейрофизиологических основ активного бодрствования и состояния внимания по изменениям сверхмедленных колебаний потенциалов головного мозга. Считается, что при активации внимания происходит увеличение частоты колебаний биопотенциалов (эпсилон-тау, дзета-волн) от 6-8 в минуту до 12-14.

В процессе деятельности возможно изменение уровня внимания. Это происходит при доведении рабочих движений до автоматизма. При этом непроизвольное внимание переходит в послепроизвольное, вырабатывается прочный динамический стереотип.

Благодаря вниманию достигаются следующие результаты:

) отбор значимых воздействий, которые соответствуют потребностям данной деятельности;

) игнорирование других, несущественных для выполняемой деятельности воздействий;

) удержание, сохранение выполняемой деятельности, пока не будет достигнута цель, т. е. регуляция и контроль деятельности.

Внимание обеспечивает ориентировочную и контрольную функции, когда каждый отдельный акт внимания возникает лишь в том случае, если действие контроля становится умственным и сокращенным.

В отношении речи этот механизм обладает определенным своеобразием, так как, с одной стороны, он обслуживает процесс рождения речи, с другой - речь сама становится средством направления внимания и контроля.

Внимание выделяет в поле ясного сознания предмет или объект из множества других предметов, окружающих человека. Другие предметы при этом не находятся в поле ясного сознания, представляя собой общий фон восприятия. Физиологическая основа этого явления заключается в действии установленного И.П. Павловым закона индукционного торможения, согласно которому процессы возбуждения, возникающие в одних участках коры головного мозга, вызывают торможение других участков мозга.

Важная роль внимания не означает, однако, что оно обеспечивает ясное отражение (восприятие, представление, понимание) того, что является его объектом. Прислушиваясь, хотя бы и очень внимательно, к долетающим издали звукам речи, можно не разобрать слов, которые произносятся. Однако слышатся они и распознаются в этих случаях (при наличии внимания к ним), все же лучше, чем тогда, когда внимание к ним отсутствует, сосредоточенно на чем-то другом. Внимание обеспечивает лишь относительно большую ясность отражения того, что является его объектом, но и это имеет огромное значение для успеха выполняемой деятельности.

В современной психологии используется следующее общее определение внимания: внимание - процесс сознательного или бессознательного (полусознательного) отбора одной информации, поступающей через органы чувств, и игнорирование другой.

В исследованиях внимания рассматриваются четыре главных аспекта: пропускная способность и избирательность внимания, уровень возбуждения, управление вниманием и сознание.

**Список литературы**

1. Бродбент Д. Установка на стимул и установка на ответ: два вида селективного внимания. СПб. Речь, 2005.

2. Выготский Л.С.Вопросы психологии. СПб. Питер, 2007.

. Гальперин П.Я. К проблеме внимания // Хрестоматия по вниманию. М., 1976.

. Гиппенрейтер Ю.Б. Деятельность и внимание. М.: МГУ, 1975.

. Добрынин Н.Н. Психология внимания. СПб.: Питер, 2009.

. Дормашев Ю.Б., Романов В.Я. Психология внимания. М.: Тривола. 1995.

. Калягин В.А. Психология. Учебное пособие. ,: Академия, 2006.

. Кошелева И.А. Психологические основы внимания. М.: Академия. 2010.

. Красная С.Г. Психология внимания // Медицинская газета, 2008. № 24.

. Ланге Н.Н Хрестоматия по вниманию.- М., 1976.

. Леонтьев А.Н. Проблемы развития психики. М.: АПН РСФСР. 1965.

. Мачинская Р.И. Механизмы внимания (аналитический обзор) // Высшая нервная деятельность, 2003 № 2.

. Линдсли Д. Механизмы направленного внимания. М.: Кнорус, 2007.

. Навон Н. исследование функциональной организациимозга человека при внимании. СПб.: Питер, 2004.

. Немов Р.С. Психология. В 3 кн. Кн. 1: Общие основы психологии: учеб. для высш.пед.учеб. заведений. - М.: Владос, 2010.

. Олпорт Д. Внимание и функции мозга. М., 1979.

. Познер М. Психофизическая интерпретация феномена внимания // Медицинская газета. 2009. № 9.

. Рибо Т. Психология внимания // Хрестоматия внимания. - М., 1976.

. Роттенберг А. Психология внимания. М.: Медицина, 2002. - с. 312

. Рутман Э.М. Развитие высших форм внимания в онтогенезе и детском возрасте. СПб.: Питер, 2010.

. Сеченов И.М. Элементы мысли. СПб.: Питер, 208.

. Соколов Е.Н. Психофизология. СПб. Питер, 2005.

. Столяренко Л.Д. Основы психологии. 17-е изд. Учебное пособие. - Ростов на Дону: Феникс, 2007.

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

. Трейсман А. Смена точек зрения на внимание и автоматическую переработку. СПб.: Речь, 1984.

. Узнадзе Д.Н. Установка у человека // Хрестоматия по вниманию. - М., 1976.