Министерство образования и науки Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования

«Нижегородский государственный педагогический университет имени Козьмы Минина» (Мининский университет)

Кафедра классической и практической психологии

РЕФЕРАТ

по дисциплине: «Общая и экспериментальная психология»

на тему: «Внимание»

Выполнил:

студент гр. ВВДО-13

Щербакова Елена Валерьевна

Проверил:

Старший преподаватель кафедры

классической и практической психологии

Жуковская Ирина Анатольевна

г. Нижний Новгород, 2014 г.

Содержание

## Введение

## . Общее понятие о внимании и его причины

## . Свойства внимания

## . Функции и виды внимания

## . Способы развития внимания

## Заключение

## Список использованной литературы

## Введение

«Наше внимание - наш самый ценный ресурс. То, на что мы обращаем внимание, умножается в наших жизнях»- в этих словах П.Дурова (создателя ВКонтакте) есть большая доля истины, т.к. без преувеличения можно сказать, что от работы внимания зависит вся картина воспринимаемого нами мира и самих себя. Во всех случаях жизни отправным пунктом для наших реакций, определяющим наше поведение в каждую данную минуту, служат всегда лишь некоторые немногие впечатления, хотя число всех воздействующих на нас в каждый миг раздражений и бывает очень велико. Об этих-то немногих, господствующих в данный момент в нашем сознании впечатлениях мы говорим, что именно они занимают сейчас наше внимание или что наше внимание направлено на них.

Внимание - психический процесс, основная задача которого - оградить сознание от лишней информации, сосредоточившись на актуальной и интересной. Внимание - психологический феномен, в отношении которого до настоящего времени среди психологов нет единого мнения. Противоречия вызваны вопросами о степени самостоятельности внимания как психического процесса. С одной стороны, внимание - сквозной процесс, сопровождающий другие психические процессы (память, мышление, волю, эмоции и др.). С другой стороны, у внимания имеются довольно характерные индивидуальные особенности, что свидетельствует о высокой степени самостоятельности этого процесса.

Действительно, в системе психологических феноменов внимание занимает особое положение. Некоторые авторы относят внимание к классу познавательных психических процессов. Другие авторы связывают внимание с волей и деятельностью человека, основываясь на том, что любая деятельность, в том числе и познавательная, невозможна без внимания, а само внимание требует проявления определенных волевых усилий.

В данной работе была сделана попытка, рассмотреть феномен внимания, его характерные особенности, функции, виды и психологические теории.

1. Общее понятие о внимании и его причины

Из множества воздействующих на человека раздражителей до его сознания доходят лишь те из них, которые являются наиболее значимыми, т.е. только часть внешних впечатлений и внутренних ощущений выделяется нашим вниманием, выступает в виде образов, фиксируется памятью, становится содержанием размышлений. Таким образом, психическая деятельность человека имеет избирательно направленный характер, который составляет сущность внимания.

Психические процессы взаимно угнетают, вытесняют друг друга, ведут между собой борьбу за сознание, которого не хватает одновременно для всех. Эта борьба имеет место лишь в том случае, если психические явления не связаны для нас в одно целое, а, напротив, представляют независимые друг от друга мысли, чувствования и желания. Таким образом, в нашем сознании есть как бы одно ярко освещенное место, удаляясь от которого психические явления темнеют или бледнеют, все менее сознаются. Переходя вниманием с одного переживаемого нами впечатления на другое, можно испытать, как в соответствии с этим изменяется уровень ясности и отчетливости наших переживаний: одно становится отчетливым максимально, другое погружается как бы в дымку, уходя в бессознательное. Внимание, рассматриваемое объективно, есть именно не что иное, как относительное господство данного представления в данный момент времени. Что же такое - внимание?

Внимание - это особое свойство человеческой психики. Это сознательный или бессознательный (полусознательный) отбор одной информации, поступающей через органы чувств, направленность и сосредоточенность сознания человека на определённых объектах при одновременном отвлечении от других.

Внимание - это в первую очередь динамическая характеристика протекания познавательной деятельности: оно выражает преимущественную связь психической деятельности с определенным объектом, на котором она, как в фокусе, сосредоточена. Внимание-это избирательная направленность на тот или иной объект и сосредоточенность на нем. Оно может быть направлено на работу органов чувств (зрительное, слуховое, обонятельное внимание), на процессы запоминания, мышления, на двигательную активность.

Двигателями нашего поведения являются инстинкты, поэтому наше внимание должно, прежде всего, привлекаться биологически для нас важными предметами, которые так или иначе близко затрагивают наши основные, инстинктивные влечения. Все, что затрагивает наши инстинктивные влечения, имеет эмоциональную окраску.

Раздражения большей интенсивности (например, громкий звук) или объема, как биологически для нас наиболее важные, имеют преимущество перед другими в деле овладения нашим вниманием. Наше внимание привлекают также, впечатления, весьма отличные от окружающего их фона, все, что более или менее соответствует имеющимся в нашем сознании в настоящий момент представлениям и мыслям. В этом также можно видеть биологически целесообразную закономерность, связующую мир наших мыслей с окружающими нас сейчас впечатлениями.

Механизм произвольного внимания как раз состоит в том, что мы всячески стараемся фиксировать соответствующий нужным для нас впечатлениям, предваряющий образ, благодаря чему эти впечатления и оказываются в фокусе внимания.

Еще одной причиной внимания является интерес людей к тому или иному объекту. В зависимости от наследственных задатков и всего предшествующего личного опыта каждого человека интересы отдельных людей бывают необычайно различны, будучи одинаковыми у всех людей лишь в основных чертах, соответствующих общечеловеческим инстинктам.

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, таким образом, совпадают.

2. Свойства внимания

Внимание означает связь сознания с определенным объектом, его сосредоточенность на нем. Особенности этой сосредоточенности определяют свойства внимания. К ним относятся: устойчивость, концентрация, распределение, переключение и объем внимания. Рассмотрим каждое из них.

Устойчивым называют такое внимание, которое способно в течение сравнительно длительного времени оставаться непрерывно сосредоточенным на том или ином объекте. Это свойство внимания выступает как одно из наиболее существенных и основных, так как создает человеку возможность детально исследовать те или иные объекты.

Фиксационная точка нашего сознания не может быть в течение долгого времени занята одними и теми же объектами. В ней происходит постоянная смена впечатлений, или, другими словами, внимание наше постоянно колеблется, сосредоточиваясь то на одном, то на другом из бесчисленного множества впечатлений, воспринимаемых нами в каждый данный момент. Даже в тех случаях, когда человек углубляется в продолжительное рассмотрение одного какого-нибудь небольшого объекта, он разглядывает попеременно различные части и стороны этого объекта и таким образом непрерывно обновляет свой интерес и оживляет свое внимание.

Устойчивость внимания может определяться разными причинами. Одни из них связаны с индивидуальными физиологическими особенностями человека, в частности со свойствами нервной системы, общим состоянием организма в данный момент времени; другие характеризуют психические состояния (возбужденность, заторможенность и т. п.), третьи соотносятся с мотивацией (наличием или отсутствием интереса к предмету деятельности, значимостью для личности), четвертые - с внешними обстоятельствами осуществления деятельности.

Говоря об этом свойстве, можно выделить, также, неустойчивость внимания. Она сказывается в том, что человек даже при сильном желании или в случае необходимости не в состоянии бывает сосредоточиться сколько-нибудь долгое время на одном и том же объекте.

Существует несомненная связь между устойчивостью внимания и истощением центральной нервной системы. Всякие истощающие моменты: бессонница, переутомление, продолжительная болезнь, голодание - делают нас на время неспособными внимательно следить за длинным рядом впечатлений, воспринимая каждое из них с одинаковой отчетливостью. Наиболее значительной степени неустойчивость внимания достигает в некоторых патологических случаях (психозы от истощения, маниакальное возбуждение, прогрессивный паралич).

Люди со слабой нервной системой или перевозбужденные могут довольно быстро утомляться, становиться импульсивными. Отсутствие интереса к предмету способствует частому отвлечению внимания от него, и, напротив, чем сильнее интерес к деятельности, чем больше она нас увлекает, тем устойчивее будет наше внимание. При обстановке, которая характеризуется отсутствием внешне отвлекающих моментов, внимание бывает достаточно устойчивым. При наличии множества сильно отвлекающих раздражителей оно колеблется, становится остаточно устойчивым. В жизни характеристика общей устойчивости внимания чаще всего определяется сочетанием всех этих факторов, вместе взятых.

Сосредоточенность внимания (противоположное качество - рассеянность) это углубление в определенную деятельность и отстранение, отвлечение от всякой другой деятельности. В различные моменты времени внимание может быть направлено на различные внешние объекты, внутренние ощущения, переживания или мысли. покой, другие, напротив, прекрасно могут заниматься своим делом в какой угодно обстановке.

Сосредоточенность внимания иногда называют концентрацией, и эти понятия рассматриваются как синонимы. Концентрация - это центральный факт, в котором выражается внимание. Концентрированность внимания означает, что имеется фокус, в котором собрана психическая или сознательная деятельность. Наряду с этим пониманием в психологической литературе часто понимают внимание интенсивной сосредоточенности на одном или небольшом числе объектов. Концентрированность внимания в таком случае определяется единством двух признаков - интенсивности и узости внимания.

Переключаемость означает сознательное и осмысленное перемещение внимания с одного объекта на другой. Данная характеристика человеческого внимания проявляется в скорости, которой он может переводить свое внимание с одного объекта на другой, причем такой перевод может быть как непроизвольным так и произвольным. В первом случае индивид невольно переводит свое внимание на что-либо такое, что его случайно заинтересовало, а во втором - сознательно, усилием воли заставляет себя сосредоточиться на каком-нибудь, даже не очень интересном самом по себе объекте. Переключаемость внимания, если она происходит на непроизвольной основе, может свидетельствовать о его неустойчивости, но такую неустойчивость не всегда есть основание рассматривать как отрицательное качество. Она нередко способствует временному отдыху организма, анализатора, сохранению и восстановлению работоспособности нервной системы и организма в целом.

Способность к переключению означает гибкость внимания - весьма важное и часто очень нужное качество.С переключаемостью внимания функционально связаны два разнонаправленных процесса: включение и отвлечение внимания. Первый характеризуется тем, как человек переключает внимание на нечто и полностью сосредоточивается на нем; второй - тем, как осуществляется процесс отвлечения внимания.

Легкая или затруднительная переключаемость зависит от целого ряда условий. К числу их относятся соотношение между содержанием предшествующей и последующей деятельности и отношение субъекта к каждой из них; чем интереснее предшествующая и менее интересна последующая деятельность, тем труднее переключение; и оно тем легче, чем более выражено обратное соотношение между ними. Известную роль в быстроте переключения играют и индивидуальные особенности субъекта, в частности его темперамент.

Переключаемость внимания принадлежит к числу свойств, допускающих значительное развитие в результате упражнения.

Все три обсуждаемые характеристики внимания связаны, помимо прочего, со специальными свойствами нервной системы человека, такими, как лабильность, возбудимость и торможение. Соответствующие свойства нервной системы непосредственно определяют качества внимания, особенно непроизвольного, и поэтому их следует рассматривать в основном как природно обусловленные.

Распределение внимания - его следующая характеристика. Она состоит в способности рассредоточить внимание на значительном пространстве, параллельно выполнять несколько видов деятельности или совершать несколько различных действий. Заметим, что, когда речь идет о распределении внимания между разными видами деятельности, это не всегда означает, что они в буквальном смысле слова выполняются параллельно. Такое бывает редко, и подобное впечатление создается за счет способности человека быстро переключаться с одного вида деятельности на другой, успевая возвращаться к продолжению прерванного до того, как наступит забывание.

Известно, что память на прерванные действия способна сохраняться в течение определенного времени. В течение этого периода человек может без труда возвратиться к продолжению прерванной деятельности. Так именно и происходит чаще всего в случаях распределения внимания между несколькими одновременно выполняемыми делами.

Распределение внимания зависит от психологического и физиологического состояния человека. При утомлении, в процессе выполнения сложных видов деятельности, требующих повышенной концентрации внимания, область его распределения обычно сужается.

Объем внимания - это такая его характеристика, которая определяется количеством информации, одновременно способной сохраняться в сфере повышенного внимания (сознания) человека. Под объемом внимания в психологии понимают то количество впечатлений, которое может быть с полной ясностью и отчетливостью воспринято в одном акте внимания.

Численная характеристика среднего объема внимания людей - 5 - 7 единиц информации. Объем внимания является изменчивой величиной, зависящей от того, насколько связано между собой то содержание, на котором сосредоточивается внимание, и от умения осмысленно связывать и структурировать материал. Объем внимания находится, несомненно, в тесной связи с "кругозором" человека, т.е. запасом его сведений, широтой понятий, обилием доступных ему точек зрения и т.п. Чем шире кругозор данного человека, тем больший круг явлений может привлечь к себе его внимание и тем больше фактов способен он уловить и оценить одновременно. Поскольку экспериментальное определение объема внимания связано с кратковременным запоминанием, то его нередко отождествляют с объемом кратковременной памяти. Действительно эти феномены тесным образом связаны друг с другом.

### 3. Функции и виды внимания

Внимание в жизни и деятельности человека выполняет много различных функций. Оно активизирует нужные и тормозит ненужные в данный момент психологические 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 объекте или виде деятельности.

Со 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.

Рассмотрим основные виды внимания.

Смотря по тому, какой характер имеет господствующее впечатление, можно различать чувственное и интеллектуальное внимание, далее непосредственное и посредственное. При чувственном внимании в центре сознания находится какое-нибудь чувственное впечатление, например цвет, запах, звук и т. п., в интеллектуальном - какое-нибудь отвлеченное представление или мысль. При непосредственном внимании роль впечатления в сознании определяет его собственными особенностями, например силой впечатления (громкий звук, яркий блеск); посредственным же вниманием называют те случаи, когда господствующая роль впечатления зависит не от того, что в нем содержится, но от того смысла или значения, которое оно для нас имеет.

Природное внимание дано человеку с самого его рождения в виде врожденной способности избирательно реагировать на те или иные внешние или внутренние стимулы, несущие в себе элемент информационной новизны. Основной механизм, обеспечивающий работу такого внимания, называется ориентировочным рефлексом. Он связан с активностью ретикулярной формации и нейронов-детекторов новизны.

Социально обусловленное внимание складывается прижизненно в результате обучения и воспитания, связано с волевой регуляцией поведения, с избирательным сознательным реагированием на объекты.

В зависимости от причин, его вызывающих, внимание может быть произвольным, или преднамеренным, и не произвольным, или непреднамеренным.

Непреднамеренное внимание вызывается внешними причинами теми или другими особенностями действующих на человека в данный момент объектов.

Особенности, благодаря которым внешние предметы могут привлекать наше внимание, следующие:

Интенсивность раздражения. Более сильный, чем другой, одновременно с ним действующий на организм, объект (более сильный звук, более яркий плакат и т. д.) скорее привлечет к себе внимание. Однако это свое свойство объекты сохраняют лишь до тех пор, пока человек не привык к данной степени интенсивности. Даже очень сильные раздражители, если они стали привычными, перестают вызывать наше внимание.

Новизна, необычность объектов. Иногда даже и не выделяющиеся своей интенсивностью объекты привлекают к себе наше внимание, если только они для нас новы; например, некоторые изменения в привычной обстановке, появление нового лица в классе или спортивной секции и т. д.

Резкая смена, а также динамичность объектов, часто наблюдающиеся при сложных и длящихся долгое время действиях, например при наблюдении за спортивным состязанием, восприятии кинокартины и т. д. В этих случаях нарушение относительно спокойного течения раздражителей вследствие внезапного усиления или ослабления отдельных раздражителей, введения паузы или изменения ритма и темпа движений невольно привлекает наше внимание.

Во всех случаях непреднамеренное внимание возникает в результате внешних раздражений, которые на основании постоянных врожденных или предварительно выработанных условных связей вызывают оптимальное возбуждение в определенных участках коры головного мозга и соответствующие ориентировочные реакции.

Зная особенности раздражителей, благодаря которым они способны привлечь к себе внимание, можно легко вызвать непреднамеренное внимание у тех или иных лиц: громкий голос, четкая команда привлекут внимание учащихся к требованиям учителя; яркий красочный плакат заставит со вниманием воспринять его содержание; введение какого-либо нового приема в методику преподавания обострит внимание учащихся и поможет лучшему усвоению учебного материала.

Непреднамеренное внимание характеризуется следующими основными особенностями:

.При непреднамеренном внимании человек предварительно не готовится к данному восприятию или действию.

.Непреднамеренное внимание наступает внезапно, немедленно вслед за воздействием раздражения и в своей интенсивности обусловливается особенностями вызвавших его раздражений.

.Непреднамеренное внимание скоропреходящее: оно длится, пока действуют соответствующие раздражители, и, если не принять необходимых мер к его закреплению в форме преднамеренного,- прекращается.

Преднамеренное внимание отличается следующими особенностями:

.Целенаправленность. Произвольное внимание определяется задачами, которые мы ставим перед собой в той или иной деятельности. При преднамеренном внимании не всякие объекты привлекают внимание, а только те, которые стоят в связи с задачей, выполняемой нами в данный момент; из многих объектов мы выбираем те, которые нужны в данном виде деятельности.

.Организованность. При преднамеренном внимании мы заранее готовимся быть внимательными к тому или другому предмету, сознательно направляем свое внимание на этот предмет, проявляем умение организовать необходимые для данной деятельности психические процессы.

.Повышенная устойчивость. Преднамеренное внимание позволяет организовать работу на более или менее долгое время, оно связано с планированием этой работы.

По своим физиологическим механизмам преднамеренное внимание связано с оптимальными нервными возбуждениями определенных участков коры больших полушарий головного мозга, которые вызываются и поддерживаются раздражениями второй сигнальной системы.

Причинами, обусловливающими преднамеренное внимание, являются:

.Интересы человека, побуждающие его к занятию данным видом деятельности. Поэтому воспитание произвольного или преднамеренного внимания требует формирования у учащихся устойчивых интересов к учебным предметам, спорту, труду и т. д.

.Сознание долга и обязанности, побуждающее возможно лучше выполнять данный вид деятельности. Не всегда преднамеренное внимание строится на интересах. Человеку приходится усваивать разнообразные знания и заниматься различными видами деятельности, а интересы его могут лежать только в одной какой-нибудь области. В этих случаях преднамеренное внимание основывается на сознательно-волевом отношении человека к выполняемой им деятельности. Воспитание преднамеренного внимания связывается поэтому с формированием мировоззрения, моральных убеждений и принципов, сознания общественной значимости и необходимости данной деятельности. По существу преднамеренное внимание является волевым процессом и должно быть связано с воспитанием воли.

Также, выделяют послепроизвольное внимание, которое сначала было произвольным, вызванным волевым усилием, а потом - в силу эмоциональной значимости деятельности - перестало быть произвольным и не требует уже волевых усилий, то есть стало как бы непроизвольным.

В отличие от подлинно непроизвольного внимания послепроизвольное остается тесно связанным с сознательными целями и поддерживается сознательными интересами. В следующий раз школьнику придется опять "втягиваться" в выполнение домашнего задания, хотя это ему будет уже легче (что тоже не факт).

Послепроизвольное внимание имеет огромное значение для педагогики. По сути, все педагогические приемы направлены именно на то, чтобы ввести школьников в состояние послепроизвольного внимания, дать почувствовать тем самым удовлетворение от самого процесса выполнения задания.

Непосредственное внимание не управляется ничем, кроме того объекта, на который оно направлено и который соответствует актуальным интересам и потребностям человека. Опосредствованное внимание регулируется с помощью специальных средств, например жестов, слов, указательных знаков, предметов.

Наконец, можно различать чувственное и интеллектуальное внимание. Первое по преимуществу связано с эмоциями и избирательной работой органов чувств, а второе - с сосредоточенностью направленностью мысли. При чувственном внимании в центре сознания находится какое-либо чувственное впечатление, а в интеллектуальном внимании объектом интереса является мысль.

#### 4. Способы развития внимания

Внимание, как и все остальные психические процессы, имеет низшие и высшие формы. Первые представлены непроизвольным вниманием, а вторые - произвольным. Непосредственное внимание - это также более низкая форма его развития, чем опосредствованное.

Историю развития внимания, как и многих других психических Функций, пытался проследить Л. С. Выготский в русле своей культурно-исторической концепции их формирования. Он писал, что история внимания ребенка есть история развития организованности его доведения, что ключ к генетическому пониманию внимания следует искать не внутри, а вне личности ребенка.

Произвольное внимание возникает из того, что окружающие ребенка люди «начинают при помощи ряда стимулов и средств направлять внимание ребенка, руководить его вниманием, подчинять его своей власти и этим самым дают в руки ребенка те средства, с помощью которых он впоследствии и сам овладевает своим вниманием». Культурное развитие внимания заключается в том, что при помощи взрослого ребенок усваивает ряд искусственных стимулов-средств (знаков), посредством которых он дальше направляет свое собственное поведение и внимание. С возрастом внимание ребенка улучшается, однако развитие внешне опосредствованного внимания идет гораздо быстрее, чем его развитие в целом, тем более натурального внимания. При этом в школьном возрасте наступает перелом в развитии, который характеризуется тем, что первоначально внешне опосредствованное внимание постепенно превращается во внутренне опосредствованное, и со временем эта последняя форма внимания занимает, вероятно, основное место среди всех его видов.

Различия в характеристиках произвольного и непроизвольное внимания возрастают начиная с дошкольного возраста и достигают максимума в школьном возрасте, а затем вновь обнаруживают тенденцию к уравниванию. Эта тенденция как раз и связана с тем, что в процессе своего развития система действий, обеспечивающих произвольное внимание, из внешней постепенно превращается во внутреннюю.

Л. С. Выготский пишет, что с самых первых дней жизни ребенка развитие его внимания происходит в среде, включающей так называемый двойной ряд стимулов, вызывающих внимание. Первый ряд - это сами окружающие предметы, которые своими яркими необычными свойствами приковывают внимание ребенка. С другой стороны, это речь взрослого человека, произносимые им слова, которые первоначально выступают в роли стимулов-указаний, направляющих непроизвольное 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 первичным процессом собственного внимания, причем сначала - в отношении других людей, ориентируя собственное их внимание обращенным к ним словом в нужную сторону, а затем - и в отношении самого себя.

Исходным моментом для развития внимания, как способности сосредоточения и направления своей психической деятельности, являются безусловные ориентировочные рефлексы, характерные для человека уже в самом раннем детстве. Ребенок двухнедельного возраста отчетливо реагирует на громкие звуки, яркие по своей окраске предметы, несколько позже - на движущиеся предметы. Эти реакции, однако, являются непродолжительными: сознание ребенка не задерживается сколько-нибудь значительное время на предмете, вызвавшем ориентировочный рефлекс.

Первые попытки сосредоточения на каком-либо предмете наблюдаются у детей приблизительно в шестимесячном возрасте в связи с тем, что к этому времени дети начинают усиленно манипулировать с теми или другими предметами - брать их в руки, тянуться к ним, бросать на пол и смотреть, что с ними сделалось и т. д. Однако эти первые опыты сосредоточения отличаются крайней неустойчивостью: ребенок легко и быстро отвлекается от одних предметов и переходит к другим.

Дети преддошкольного возраста способны проявить несколько большую сосредоточенность. На втором году жизни различные предметы включаются в пока еще несложную игровую деятельность детей: например, они пользуются лопаточкой, когда разгребают песок, накладывают его в формочки или в кузов детской тележки, перевозят с места на место и т. д. Все это требует уже значительного сосредоточения внимания на выполняемых действиях и связанных с ними предметах. Однако и в этот период своего развития внимание детей все еще отличается большой неустойчивостью: начав одно действие, они часто его не заканчивают и переходят к другому, иногда совершенно отличному от первого.

Более устойчивым становится внимание детей в дошкольном возрасте. Дети 4-5 лет могут уже длительное время заниматься каким-либо делом, играть, слушать рассказы взрослых. В шестилетнем возрасте дети могут непрерывно играть в течение часа и более, тогда как у трехлетних детей игра редко продолжается дольше 20 мин. При всем том внимание детей дошкольного возраста продолжает оставаться непроизвольным: оно возбуждается и поддерживается внешними раздражениями, привычным характером игровых операций, а также указаниями и требованиями взрослых. Как правило, дети дошкольного возраста еще не обладают способностью произвольно управлять своим вниманием.

Непроизвольное внимание в течение еще долгого времени остается характерным и для детей младшего школьного возраста. У них слабо развита способность распределения внимания: будучи заняты одним делом, они плохо справляются с другим параллельным заданием.

Дети первого-второго классов школы отличаются небольшим объемом внимания. По некоторым исследованиям, он в 2-3 раза меньше, чем у взрослого человека. Эти особенности внимания должны учитываться при организации учебного процесса в младших классах школы: главное значение приобретает наглядный метод преподавания, по своему содержанию и форме уроки должны отличаться занимательностью, не исключается игровая форма учебных занятий, учебная работа проводится в относительно медленном темпе в соответствии с особенностями распределения и объема внимания младших школьников.

Незначительной является также и устойчивость внимания младших школьников. Редко они могут сохранять полное внимание дольше 12-15 мин. Это объясняется быстрым утомлением нервной системы учащихся в связи с пока еще непривычными условиями и ответственным характером учебных занятий. Бороться с этим нежелательным явлением можно путем периодической смены характера учебных занятии в течение урока, а также путем включения в урок физических упражнений в виде так называемых «физкультминуток», которые содействуют борьбе с умственным утомлением и освежают внимание учащихся.

Однако, учитывая особенности непроизвольного внимания младших школьников, школа ставит перед собой задачу постепенного развития у учащихся способности преднамеренного внимания. Этому содействуют:

.мобилизация сознательного отношения учащихся к учебной работе; ясная и конкретная постановка учебных заданий, создание отчетливого представления о результате, к которому надо стремиться;

.мобилизация активности учащихся на уроке, обучение их определенным приемам учебной работы, развитие у них наблюдательности, умения активно воспринимать учебный материал;

.постоянная требовательность преподавателя к вниманию учащихся, воспитание у них ответственного отношения к учебным занятиям и к качеству выполняемой учебной работы;

.развитие устойчивости внимания школьников путем постепенного повышения объема, продолжительности и трудности учебных заданий. Для развития произвольного внимания важно, чтобы учебные задания составляли известную трудность для учащихся, но в то же время были для них посильны.

.воспитание у учащихся устойчивых и серьезных интересов, являющихся одним из важнейших источников преднамеренного внимания у учащихся в старших классах школы.

Последовательность основных этапов развития детского внимания можно представить в виде своеобразного «хронологического» резюме по данным соответствующих наблюдений и экспериментальных исследований:

. Первые недели-месяцы жизни. Появление ориентировочного рефлекса как объективного, врожденного признака непроизвольного внимания ребенка.

.Конец первого года жизни. Возникновение ориентировочно-исследовательской деятельности как средства будущего развития произвольного внимания.

. Начало второго года жизни. Обнаружение зачатков произвольного внимания под влиянием речевых инструкций взрослого, направление взора на названный взрослым предмет.

. Второй-третий год жизни. Достаточно хорошее развитие указанной выше первоначальной формы произвольного внимания.

. Четыре с половиной - пять лет. Появление способности направлять внимание под влиянием сложной инструкции взрослого.

. Пять-шесть лет. Возникновение элементарной формы произвольного внимания под влиянием самоинструкции (с опорой на внешние вспомогательные средства).

. Школьный возраст. Дальнейшее развитие и совершенствование произвольного внимания, включая волевое.

Существуют различные тесты на внимания и упражнения на его тренировку, которые можно использовать при обучении детей, потому что они как интересны, так и полезны для общего развития ребенка.

Заключение

внимание непроизвольный развитие школьник

Уже при самом определении того, что такое внимание, мы видели что основным и главным следствием этой приспособленной реакции является большая ясность и отчетливость того предмета, на который она направляется. Прилагая внимание последовательно к различным чертам какого-либо сложного объекта, мы получаем возможность умственно его анализировать, т. е. различать в нем отдельные, присущие ему черты и свойства. Понятно, что все высшие умственные процессы, как-то: абстракция и суждение, предполагают этот анализ, возможный лишь благодаря деятельности нашего внимания.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что в задачу формирования внимания входит не только развитие его как отдельного психологического процесса, но и формирование таких черт личности, которые бы облегчили переход произвольного внимания в послепроизвольное. Это включает в себя формирование чувства ответственности за выполняемую работу, мотивации успешного выполнения деятельности, развитие интереса, четкая организация выполняемой деятельности. Конкретно поставленные задачи, а также создание благоприятных условий для активной, самостоятельной работы.

Исследовать данный процесс можно бесконечно, и изыскания порождают многочисленные неразрешенные и сложные вопросы. Проблема развития внимания всегда актуальна, ведь ни один психический процесс не может протекать целенаправленно и продуктивно, если человек не сосредоточит своего внимания на том, что воспринимает или делает. Поэтому, при формировании личности, зная основные этапы развития внимания в различные годы жизни детей, можно найти необходимые средства для улучшения внимания, тем самым, открыв дорогу для эффективного познания и восприятия мира. Владея инструментами и методиками по развитию внимания, постоянно совершенствуя этот навык, человек может достичь много большего в жизни.

Список использованной литературы

Немов Р.С. Психология. Учеб. для студентов высш. пед. учеб. заведений. В 3 кн. Кн.1. Общие основы психологии. - 2-е изд. - М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995. - 576с.

Гиппенрейтер Ю.Б. Психология внимания. -ЧеРо, НОУ Московский психолого-социальный институт Москва 2001ББК 88.3-я 7

Маклаков А. Г. Общая психология. СПб: Питер, 2001.

Выготский Л. С. Развитие высших форм внимания в детском возрасте.

Хрестоматия по вниманию.- М., 1976.- С. 205.

Левитов Н.Д. Сосредоточенность и рассеянность //Психические состояния. Хрестоматия/ сост. и общ. ред. Л.В. Куликова, СПб, 2000