

ТИТУЛЬНЫЙ ЛИСТ

Содержание

Введение.....	3
Глава I. Общие представления о внимании.....	6
1.1 Классификация внимания.....	6
1.2 Свойства и функции внимания.....	11
1.3 Нарушение внимания.....	15
1.4 Внимательность как свойство личности.....	16
1.5 Выводы по первой главе.....	19
Глава II. Развитие внимания и методы его исследования.....	21
2.1 Современные представления о внимании.....	21
2.2 Методы изучения внимания.....	24
2.3 Выводы по второй главе.....	25
Заключение.....	27
Список использованной литературы.....	29

Введение

Актуальность. Каждый день человек находится под воздействием различных раздражителей, поступающих из окружающей среды. Из массы находящихся рядом объектов, явлений, предметов, человек определяет для себя лично – значимые, представляющие наибольший интерес и соответствующие его потребностям и запросам. Любая активность человека предполагает выделение ключевых аспектов в деятельности и сосредоточения на них.

Упомянутые выше характеристики относятся к процессу внимания, который является одной из важнейших высших психических функций, от состояния которого во многом зависят другие психические процессы и вся психическая деятельность в целом. Для памяти внимание выступает фактором удержания информации. В процессе общения между людьми внимание выступает мощнейшим условием эффективности межличностного взаимодействия и установления социальных контактов.

Внимание – произвольная или непроизвольная направленность и сосредоточенность психической деятельности на каком-либо объекте восприятия. Внимание, наряду с иными психическими процессами, призвано повышать результативность деятельности субъектов. Поскольку внимание само по себе не имеет определенного осязаемого продукта, оно напрямую связано с познавательными процессами. Безусловным является факт, что, если любое ощущение дополнить вниманием, его результативность значительно усилится. Например, в процессе прослушивания материала лекции «на автомате», весьма сложно воспроизвести слова, которые звучали, и даже уловить смысл.

Напротив, как только субъект сосредоточивает внимание на словах, они могут быть с легкостью воспроизведены в дальнейшем.

Развитие внимания обеспечивает получение навыков сосредоточивать собственную деятельность на конкретных заданиях и сохранять данную способность до момента его решения, а при необходимости переключать с одного объекта на другой.

Целью данной работы является рассмотрение внимания как психического познавательного процесса и внимательности как личностного качества.

Для достижения поставленной цели, необходимо выполнить ряд **задач**: собрать и проанализировать необходимую учебную и научную литературу, статьи и материалы сети Интернет; на основе проанализированной информации, рассмотреть классификацию внимания; рассмотреть свойства и функции внимания; рассмотреть нарушение внимания; рассмотреть внимательность как свойство личности; рассмотреть современные представления о внимании; рассмотреть методы изучения внимания.

В заключении будут подведены итоги проделанной работы и сделаны необходимые выводы.

Объект исследования – внимание как психический процесс.

Предмет исследования – внимание и его разновидности.

Теоретическая основа – учебная и научная литература, статьи и материалы сети Интернет.

Методы исследования – изучение и обобщение, а также анализ собранной информации.

В заключении будут подведены итоги проделанного исследования и сделаны необходимые выводы.

Глава I. Общие представления о внимании

1.1 Классификация внимания

В психологии накоплено большое разнообразие классификаций внимания. Наиболее традиционной является классификация по признаку произвольности: непроизвольное, произвольное, послепроизвольное.

Наиболее простым, генетически обусловленным и пассивным по своей природе, является непроизвольное внимание. Возникновение данного вида внимания никак не зависит от желания и воли человека. Внимание возникает благодаря ярким, оригинальным и неординарным предметам или же видам деятельности. Непроизвольное внимание непосредственно связано в некоторыми физическими, психофизическими и психическими причинами¹.

Непроизвольное внимание также не редко называют пассивным или же вынужденным по той причине, что оно появляется, как уже упоминалось, вне зависимости от человеческого сознания. Деятельность захватывает человека само по себе из-за силы своей привлекательности, неожиданности или занимательности. Впрочем, необходимо уточнить, что такое понимание факторов возникновения непроизвольного внимания является достаточно упрощенным. Чаще всего, когда возникает непроизвольное внимание, в качестве причин выступают сразу несколько факторов, которые взаимосвязаны друг с другом, однако, условно, их можно разделить на четыре категории. Рассмотрим их.

Первая группа имеет непосредственную связь с внешними раздражителями и его характером. Главным образом к таким относятся сила, или интенсивность, раздражителя. Всякое, в достаточной степени, сильное раздражение, будь то яркий свет или громкий звук, заставляет обратить на него внимание абсолютно непроизвольно. Также очень важным является и контраст между раздражителями, их продолжительность, величина и форма.

¹ Разыкова, Л. Т. Внимание и его функции в жизни и деятельности личности // Проблемы науки. – 2020. – № 4(52). – С. 83-84.

Сюда же относятся качество и необычность раздражителя, а также его новизна. Новизна раздражителя – это не только проявление в нем ранее отсутствующего свойства, но также и изменение его физических свойств, ослабление их действия или же вовсе их прекращение, а также смена расположения раздражителя. Следовательно, в первую группу причин можно отнести характеристики раздражителя, которые воздействуют на человека.

Ко второй группе причин, которые могут вызвать у человека непроизвольное внимание, имеют связь с соответствием внешних раздражителей с внутренним состоянием человека, в первую очередь, к тем потребностям, которые у него имеются. К примеру, реакция на разговор о еде будет отличаться у голодного и сытого человека. Первого, непроизвольно привлечет разговор о пище. А.А. Ухтомский объясняет действие этих причин принципом доминанты.

В третью группу причин входят общая направленность личности и наличие у него предшествующего опыта, что непосредственно влияет на возникновение непроизвольного внимания.

К четвертой группе причин, который могут вызвать возникновение непроизвольного внимания, необходимо назвать чувства, вызываемые воздействующим раздражителем. То, что способно вызвать интерес или определенную эмоциональную реакцию, есть наиважнейшая причина возникновения непроизвольного внимания.

Структура непроизвольного внимания состоит из вынужденного, невольного и привычного внимания. Вынужденное внимание – это такое внимание, которое достаточно сложно в управлении, его привлекают стимулы повышенной интенсивности, такие как яркий свет, громкие звуки, едкий запах и пр., а также движущиеся, повторяющиеся и необычные стимулы.

Невольное внимание – это такое внимание к объектам, связанным с удовлетворением базовых человеческих потребностей, к примеру,

потребность в пище, физиологическим отправлениям, однако необходимо отметить, что такое внимание возникает лишь при определенных обстоятельствах.

Привычное внимание – это такое внимание, которое имеет связь со сферами интересов и деятельности человека. К примеру, при совместной прогулке людей различных профессий привлекает внимание лишь те явления, особенности протекания различных процессов, которые так или иначе имеют связь с выбранной профессией.

Произвольное внимание – управляется сознательной целью. Оно возникает, если в деятельности человек ставит перед собой определенную задачу и сознательно идет к ней, преодолевая различные препятствия и преграды на пути к ее достижению. Данный вид внимания тесно связан с волей человека и был выработан в процессе филогенетического развития общества в результате трудовых усилий. Его еще называют волевым, активным, преднамеренным.

Ряд ученых в произвольном внимании выделяют: волевое (возникает в случае противоречия между непроизвольным и произвольным вниманием), выжидательное (связано с ожиданиями и желаниями личности) и спонтанное (является трансформированным волевым вниманием, когда объект вызывает стойкий интерес к изучению).

Главной особенностью произвольного внимания является то, что оно управляется сознательной целью. Это сознательно направляемое и регулируемое внимание, в котором субъект сознательно избирает объект, на который оно направляется. Этот вид внимания тесно связан с волей человека и был выработан в результате трудовых усилий, поэтому его называют еще волевым, активным, преднамеренным.

Главная функция произвольного внимания состоит в том, чтобы активно регулировать протекающие психические процессы. Таким образом произвольное внимание имеет значительные отличия от непроизвольного.

Однако необходимо отметить, что оба вида внимания имеет очень тесную связь друг с другом, по той причине, что произвольное внимание проистекает из непроизвольного. Следовательно, можно сделать предположение, что источником произвольного внимания у человека является процесс сознательной деятельности.

Происхождение произвольного внимания проистекает из социальных причин, а никак не из биологических, так как такой вид внимания возникает у ребенка в процессе его общения со старшими. Выготский считает, что на ранних стадиях развития функция произвольного внимания поделена между ребенком и взрослым. Взрослый выделяет объект из окружающей обстановки и указывает на него, обозначая тем или иным словом, тогда как ребенок, в свою очередь, прослеживает жест взрослого, хватая предмет или же повторяя за взрослым произнесенное им слово. Следовательно, данный предмет был выделен для ребенка из окружающей обстановки. В дальнейшем дети уже самостоятельно ставят цели. Процесс развития произвольного внимания у детей по началу проявляется в подчинении своего поведения речевой инструкции взрослого, и уже после по мере того, как ребенок овладевает речью, – в подчинении своего поведения собственной речевой инструкции.

Несмотря на то, что произвольное внимание, как уже говорилось, качественно отличается от непроизвольного, оно также имеет тесную связь с чувствами, прежним опытом человека и его интересами. Но нужно отметить, что влияние вышеперечисленных факторов при произвольном внимании косвенное, а не непосредственное и опосредуется сознательно поставленными целями. Таким образом, интересы являются интересами цели, интересами результата деятельности.

Процесс сосредоточения внимания на умственной деятельности упрощается при условии, что в процесс познания включено практическое действие. К примеру, намного проще удержать внимание при прочтении научной литературы, если при этом делать конспект.

Произвольное внимание обладает рядом характеристик. Целенаправленность произвольного внимания определяют задачи, которые ставит сам себе человек. Проявление организованности произвольного внимания состоит в том, что человек сознательно готовится к тому, чтобы быть внимательным. Помимо этого, одной из характеристик произвольного внимания является повышенная устойчивость.

Одним из важнейших условий для поддержания внимания является физическое и психическое состояние человека. Человеку, который испытывает усталость, достаточно сложно сосредоточиться. Благодаря многочисленным наблюдениям и опытам, было установлено, что ближе к окончанию рабочего дня, количество ошибок, допускаемым человеком значительно увеличивается, а также субъективно переживается состояние утомления – сосредоточить свое внимание человеку довольно сложно. Также на ослабление произвольного внимания человека может оказывать эмоциональная возбужденность, которая может быть вызвана посторонними причинами, отвлекающими от основной деятельности – болезненное состояние, отвлеченные мысли и прочие аналогичные факторы.

Большое значение в общей систематике видов внимания уделяется послепроизвольному вниманию. Согласно определению, которое было дано Н.Ф. Добрыниным, возникновение послепроизвольного внимания возможно в том случае, когда цель проявлять внимание остается, однако волевые усилия исчезают. Что характерно именно данный вид внимания более всего способен обеспечить наибольшую продуктивность и результативность деятельности².

Как уже было сказано, для проявления непроизвольного внимания необходимы качества внешних раздражителей и особые свойства внутреннего состояния человека (интересы, потребности и пр.), то для того,

² Габдулина Л.И. Подходы к исследованию внимания в отечественной и зарубежной психологии: Учебное пособие. Р.-н/Д.: ЮФУ, 2017. С. 126

чтобы появилось и поддерживалось произвольное внимание нужно сознательное отношение к деятельности. Эти же условия актуальны и для возникновения послепроизвольного внимания. Однако привлечение послепроизвольного внимания осуществляется с гораздо меньшей сложностью. В данном случае не редко на помощь приходит привычка, вследствие чего, человеку гораздо проще и быстрее включиться в рабочий процесс и сосредоточиться на нем.

1.2 Свойства и функции внимания

Процесс внимания представляет собой один из феноменов ориентировочно-исследовательской деятельности. Это психологическое действие, которое направлено на содержание образа, мысли или же другого феномена, который имеется на данный момент времени в человеческой психике. Как полагал П.Я. Гальперин, «внимание нигде не выступает как самостоятельный процесс. И при внутреннем взгляде «про себя», и внешнему наблюдению оно открывается как направленность, настроенность и сосредоточенность любой психической деятельности на своем объекте, лишь как сторона или свойство этой деятельности»³.

К основным функциям внимания необходимо отнести:

1. Активизация необходимых и торможение ненужных в данный момент психических и физиологических процессов.
2. Целенаправленный организованный отбор поступающей информации – основная селективная функция внимания.
3. Удержание, сохранение образов определенного предметного содержания до тех пор, пока не будет достигнута цель.
4. Обеспечение длительной сосредоточенности, активности на одном и том же объекте.
5. Регуляция и контроль протекания деятельности.

³ Нуркова В.В. Общая психология: учебник для СПО. – М.: Юрайт, 2019. С. 214.

Суть внимания заключается в том, что известное представление или же ощущение у человека начинает занимать доминирующее положение в его сознании, вытесняя другие. Это большая степень сознаваемости данного впечатления и есть основной факт или эффект внимания, но, как следствие, здесь возникают некоторые второстепенные эффекты, а именно:

1. Это представление благодаря его большой познаваемости становится для нас разделеннее, в нем мы замечаем больше подробностей (аналитический эффект внимания).

2. Оно делается устойчивее в сознании, не так легко исчезает (фиксирующий момент).

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.

Относительно перечня свойств внимания в науке нет однозначного единого мнения. Согласно мнению С.Л. Рубинштейна, выделяется 5 основных свойств внимания: концентрация, объем, переключение, устойчивость и распределение⁴. Дроздова В.А. делит указанные С.Л. Рубинштейном свойства на две основные группы (в зависимости от направленности на один или несколько объектов), добавляя к ним шестое – избирательность, занимающее промежуточное положение⁵. Нуркова В.В. и Березанская Н.Б. свойства внимания делят на три группы⁶:

1. произвольность (непроизвольность) внимания;

⁴ Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии. – М.: Питер, 2022. – 705 с.

⁵ Дроздова, В. А. Основные свойства внимания и возможности их эффективного использования в современных условиях // Психология, социология и педагогика. – 2019. – № 2(29). – С. 8.

⁶ Нуркова В.В. Общая психология: учебник для СПО. – М.: Юрайт, 2019. С. 277.

2. динамические характеристики: направленность, интенсивность (концентрация и сосредоточенность); устойчивость, распределение, колебание, отвлекаемость;

3. влияние на характеристики деятельности субъекта.

Не вдаваясь в анализ указанных точек зрения, рассмотрим элементы последней, как включающей в себя большее число признаков и характеристик.

Произвольность внимания выражается в его сознательной направленности на конкретный объект, который субъект выбирает сам. Произвольное внимание является активным и направленным процессом. Именно произвольным является внимание обучающегося при тщательном выполнении задания, что позволяет справиться с ним. Но произвольное внимание требует усилий и вызывает усталость.

Основой непроизвольного внимания является рефлекс, который срабатывает при поступлении сигнала от внешнего раздражителя и связан с непроизвольным переключением внимания на объект, который не был выбран субъектом самостоятельно. Такое внимание легко возникает и переключается. Примером непроизвольного внимания может быть внезапное переключение внимания студента на вошедшего в аудиторию человека. Непроизвольное внимание может обладать как отвлекающими свойствами, так и, напротив, позволяет замечать некоторые значительные моменты, не находящиеся в поле произвольного внимания.

Направленность внимания связана с его фокусированием на конкретном объекте. Психологическое значение имеет внутренняя или внешняя направленность внимания у определенного типа личности (экстраверт-интроверт).

При этом, в зависимости от различных ситуаций, может меняться интенсивность и устойчивость направленного внимания. Интенсивность (концентрация и сосредоточенность) характеризуется значительной затратой

энергии на конкретную деятельность, что делает более ясным и четким понимание ее сущности и качественным осуществление.

Устойчивость позволяет длительно задерживать внимание на отдельных объектах. Она выражается в длительной способности задерживать внимание на каком-либо объекте в данный отрезок времени. Своеобразной помехой для устойчивости является колебание. Колебание внимания характеризуется тем, что его направленность периодически переходит с одного объекта на другой. Данная характеристика проявляется в случае, если лицо длительное время занимается одной деятельностью. Непроизвольное отвлечение от основного объекта происходит обычно с примерно одинаковым интервалом. Положительную роль при этом играют мотивы, интерес, постоянное нахождение новых интересных моментов, на которых сосредотачивается внимание⁷.

Распределение и переключаемость внимания обеспечивают возможность совершать сразу несколько действий, сохраняя внимание на каждом из них. Студенту одновременно необходимо слушать преподавателя (других обучающихся), следить за демонстрацией презентации, фиксировать информацию на свой носитель (тетрадь, ноутбук и т.п.), и, что немаловажно, понимать сущность произносимой информации. При этом успешность их деятельности обеспечивается за счет быстрого и последовательного переключения с одного объекта на другой. Легкость и успешность переключения внимания зависят: от отношения между предшествовавшей и последующей деятельностью; от завершенности предшествующей деятельности, либо ее незавершенности; от отношения субъекта к той или иной деятельности (чем интереснее, тем легче переключиться, и наоборот); от индивидуальных особенностей субъекта (типа нервной системы,

⁷ Макарова, Н. Г. Исследование у студентов свойств внимания: устойчивость, концентрация, распределение // *Фундаментальные и прикладные исследования: проблемы и результаты*. – 2018. – № 6. – С. 76-80.

индивидуального опыта и др.); от значимости цели деятельности для человека, ее ясности, четкости⁸

Таким образом, как видно из указанного выше, внимание имеет непосредственное влияние на характеристики деятельности субъекта. При наличии внимания субъект способен более точно выполнять определенные действия.

Однако, при значительной концентрации внимания на негативном моменте или объекте-помехе, способность выполнять деятельность может быть значительно снижена. Аналогично снижает эффективность деятельности концентрация внимания на автоматических действиях.

1.3 Нарушение внимания

Среди симптомов патологического состояния мозга наиболее важным является нарушение внимания⁹. Данный симптом можно также охарактеризовать как негативные изменения направленности, избирательности или устойчивости психической деятельности, которые отмечаются при утомлении или же при нарушении работы мозга человека в нормальном состоянии.

Нарушение внимания также можно классифицировать. Первый тип нарушения внимания – это отвлекаемость внимания, при котором происходит непроизвольное переключение человеческого внимания с одного объекта на какой-либо другой. Необходимо также отметить, что данный тип нарушения внимания может быть внутренним, так и внешним. Первая характеристика связана с какими-либо внутренними переживаниями человека, вторая же имеет непосредственное отношение к внешним раздражителям.

⁸ Ефимова, Н. С. Основы общей психологии. – М.: ИНФРА-М, 2019. С. 103.

⁹ Лурия, А. Р. Лекции по общей психологии: учебное пособие. – М.: Питер, 2022. С. 192

Далее следует рассмотреть второй тип нарушения внимания – рассеянность, которая характеризуется неспособностью человека сосредоточить свое внимание на чем-то на протяжении продолжительного времени. Среди причин такого расстройства выделяют физической или умственное переутомление или же расстройство нервной системы. Помимо прочего рассеянность, как неспособности человека сосредоточиться на чем-то, может выступать и наоборот, как повышенная концентрация на другом объекте деятельности.

Третий тип нарушения внимания – подвижность внимания, то есть постоянный переход внимания человека от одного объекта к другому, от одного вида деятельности к другому, с низкой эффективностью самой этой деятельности. Главной причиной такого нарушения исследователи считают возбудимый тип деятельности нервной системы человека, повышенная подвижность нервных процессор, и, наконец, ухудшение состояния соматического здоровья.

Четвертый тип нарушения внимания – инертность внимания, заключающееся в низкой его подвижности, когда человек фиксирует получаемую информацию на узком круге мыслей и представлений. При таком нарушении внимания фиксируются органические или функциональные нарушения мозга.

Наконец последний тип нарушения внимания – это сужение объема внимания, которое заключается в концентрации человеческого внимания на каком-то одном явлении или же событии, не редко негативного характера. Чаще всего катализатором такого нарушения выступает стресс, навязчивая проблема или же сильные эмоциональные переживания¹⁰.

¹⁰ Щербатых, Ю. В. Общая психология. – М.: Питер, 2020. С. 136

1.4 Внимательность как свойство личности

Внимательность представляет собой сложное образование и рассматривается, прежде всего, как определенная подсистема, входящая в качестве составного элемента в более крупную систему – личность. Такой подход позволяет исследовать это явление всесторонне, во всем его многообразии. В связи с этим внимательность выступает, прежде всего, как динамичное, сложное, многоуровневое образование.

Понятие внимательность определяется как степень или сосредоточенность внимания, на каком-либо объекте. В Русском языке внимательность имеет ряд синонимов: заметливость, за приметливость, внимание, за приметчивость, наблюдательность, приметчивость, сосредоточенность¹¹.

Впервые в отечественной психологии А.Ф. Лазурский рассматривал понятие внимательность, включенное в более широкое понятие «альтруизм». Строя свою классификацию человеческих типов, он выделяет тип альтруистов, в описании которых дается характеристика внимательности как свойства личности, присущего данному типу людей, где в качестве основной типологической особенности выделяет наличие у них эмоционально-волевого комплекса, который опосредует их интеллектуальную жизнь.

Внимательность имеет две формы проявления. Первая форма связана с постоянным вниманием человека к окружающей обстановке, умением замечать изменения в предметной среде и внешней ситуации, умением организовывать предметную деятельность и контролировать ее исполнение. Такая внимательность называется объектной и проявляется в таких свойствах личности, как наблюдательность, любознательность, деловитость и т.п. Вторая форма внимательности обнаруживается во взаимодействии людей друг с другом, в общении и называется субъектной внимательностью. Она имеет нравственное содержание и выражается в умении наблюдать и

¹¹ Практикум по общей психологии: внимание и память. – Р.-н/Д: ДГТУ, 2022. – 46 с.

понимать психические состояния других людей. Идеал внимательности по отношению к другому человеку предполагает целый ансамбль личностных свойств, подобная внимательность является предпосылкой. Объектная и субъектная внимательности у каждого человека сочетаются в определенной пропорции: они могут быть или равно представленными, или одна из них может являться доминирующей¹².

Состояние обостренной внимательности вызывается напряженным ожиданием существенных для личности событий, выполнением ответственных поручений. Для него характерны обострение чувствительности, эмоциональный подъем, увеличение скорости психических реакций, вызванное волевой мобилизацией сил, собранностью и готовностью к действию. Основу состояния внимательности составляет в этом случае произвольное внимание. Также состояние внимательности может возникнуть при выраженной потребности или повышенном интересе к предмету в данный момент. В таком случае в основе внимательности лежит непроизвольное внимание¹³.

Рассеянность-состояние внимания, при котором человек не может сосредоточиться на каком-либо объекте. Усталость после напряженного рабочего дня, озабоченность своими мыслями, выполнение малоинтересного дела – все эти, как и некоторые другие причины, могут вызвать состояние рассеянности. В этом состоянии человек может проявлять несвойственную ему как личности невнимательность.

Типы внимания. При характеристике личности принято выделять внимательных, невнимательных и рассеянных. Внимательность определяется соотношением в деятельности видов внимания. Преобладание произвольного и после произвольного внимания характерно для волевого, целеустремленного человека, который ясно осознает, что и зачем ему нужно.

¹² Практикум по общей психологии: внимание и память. – Р.-н/Д: ДГТУ, 2022. С. 3-9.

¹³ Общая психология: учебное пособие; под ред. В. В. Богословского. – М.: Просвещение, 2011. С. 166.

В этом случае недостатки в отдельных качествах внимания (медленное переключение, слабое распределение) компенсируются.

Огромную ценность в обществе приобретает внимательность как черта характера, выражающая отношение к людям. Внимание к нуждам и интересам, переживаниям и здоровью сотрудников должно быть обязательной чертой каждого руководителя. Это требование в полной мере относится к учителю, для которого жизнь детей и их развитие представляют постоянный объект внимания. Внимательность составляет основу чуткости и такта в подходе как к детям, так и к взрослым.

Невнимательность выражается в неумении сосредоточиться на предмете, в поверхностности суждений, в неспособности проникнуть во внутренний мир другого. Причины невнимательности лежат в недостатках произвольного внимания, знаний об окружающем мире, в отсутствии чуткости, заинтересованности в судьбах людей. Как внимательность, так и невнимательность могут у человека проявляться избирательно.

Внимательный в одной области жизни может быть совершенно невнимательным в другой¹⁴.

1.5 Выводы по первой главе

Непроизвольное внимание не связано с участием воли, а произвольное обязательно включает волевую регуляцию. Произвольное внимание в отличие от непроизвольного обычно связано с борьбой мотивов или побуждений.

С вниманием связаны направленность и избирательность познавательных процессов. Их настройка непосредственно зависит от того, что в данный момент времени представляется наиболее важным для организма, для реализации интересов личности. Вниманием определяется точность и детализация восприятия, прочность и избирательность памяти,

¹⁴ Практикум по общей психологии: внимание и память. – Р.-н/Д: ДГТУ, 2022. – 46 с.

направленность и продуктивность мыслительной деятельности – словом, качество и результаты функционирования всей познавательной активности.

Состояние обостренной внимательности возникает у человека, попадающего в новую, необычную для него обстановку; оно вызывается напряженным ожиданием существенных для личности событий, выполнением ответственных поручений. Для него характерны обострение чувствительности, ясность мысли, эмоциональный подъем, увеличение скорости психических реакций, вызванное волевой мобилизацией сил, собранностью и готовностью к действию. Основу состояния внимательности составляет в этом случае произвольное внимание.

Глава II. Развитие внимания и методы его исследования

2.1 Современные представления о внимании

В настоящее время среди психологов существуют различные точки зрения относительно определения самого понятия «внимание», понимания его феноменологической сущности, структуры и механизмов интенциональной деятельности. Проблеме внимания в научной психологии посвящены работы таких выдающихся отечественных и зарубежных психологов, как Д.Н. Узнадзе, С.Л. Рубинштейн, Н.Ф. Добрынин, Т.А. Рибо, Н.Н. Ланге и другие. Современное состояние изучения проблемы внимания отражены в работах современных ученых: В.П. Глухова, Н.А. Цыпиной, Т.А. Власовой, Т.П. Артемьевой, Л.Н. Блиново.

Понимание феномена внимания в психологии отражает существенные различия во взглядах отечественных и зарубежных психологов. В современной литературе представлено многообразие подходов, раскрывающих внимание как самостоятельный психический познавательный процесс и интенциональную направленность личности. Значительное расхождение ученых в понимании сущности феномена внимания, безусловно, создает трудности в изучении его структуры, сущностных характеристик и свойств.

Определяя важную роль внимания как познавательного процесса в общей психической деятельности человека и раскрывая его самостоятельное значение, А.Н. Леонтьев, П.Я. Гальперин полагают, что внимание представляет собой вполне независимое психическое состояние человека, специфический внутренний процесс, имеющий свои особенности, несводимые к характеристикам других познавательных процессов¹⁵.

Несколько иное понимание феномена внимания в психологии формулирует Н.Ф. Добрынин. По мнению ученого, внимание представляет

¹⁵ Габдулина Л.И. Подходы к исследованию внимания в отечественной и зарубежной психологии: Учебное пособие. – Р.-н/Д., 2017. С. 12.

собой направленность и сосредоточение психической деятельности на объекте, имеющем для личности устойчивую или ситуативную значимость¹⁶.

Одну из наиболее известных психологических теорий внимания предложил Т. Рибо. Им впервые была обозначена тесная связь внимания с эмоциями. Чем больше эмоций вызывает у человека какой-либо объект или деятельность, тем выше концентрации и устойчивость внимания. В структурно-компонентном содержании внимания особое значение ученый уделял оценке психофизиологического аспекта. Внимание и те механизмы, что лежат в его основе, могут подвергаться анализу только лишь после изучения актуального психоаффективного состояния личности¹⁷.

В учении Д.Н. Узнадзе указывается, что внимание напрямую зависит от установок человека и особенностей его восприятия. Под влиянием установки происходит выделение образа (впечатления). В последующем этот образ становится объектом внимания для личности. Чем сильнее впечатление, тем выше уровень концентрации и устойчивости внимания на объекте изучения¹⁸.

По мнению П.Я. Гальперина, оценка состояния внимания должна осуществляться при анализе с другими психическими процессами. Любое действие включает в себя умственный и ориентировочный аспект. Согласно ученому, внимание представляет собой важный элемент в структуре ориентировочной деятельности человека. Оно является психологическим действием, цель которого – исследование особенностей определенного образа, составляющего содержимое психики¹⁹.

¹⁶ Габдулина Л.И. Подходы к исследованию внимания в отечественной и зарубежной психологии: Учебное пособие. – Р.-н/Д., 2017. С. 12.

¹⁷ Ахметова, З. А. Внимание как проблемное поле психологии // Вестник Кыргызско-Российского Славянского университета. – 2018. – Т. 18. – № 1. – С. 169-173.

¹⁸ Габдулина Л.И. Подходы к исследованию внимания в отечественной и зарубежной психологии: Учебное пособие. – Р.-н/Д., 2017. С. 17.

¹⁹ Верхотурова, Н. Ю. Особенности произвольного внимания учащихся младшего школьного возраста с задержкой психического развития // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. – 2019. – Т. 8. – № 5-1. – С. 203-213.

Культурно-исторический подход на проблему происхождения внимания был предложен Л.С. Выготским. Отечественный ученый полагал, что существует два типа внимания: заложенное природой и обусловленное культурой. Ребенок растет, и по мере этого процесса общество направляет его внимание на различные предметы и явления окружающей действительности, их многообразие, способы и механизмы взаимодействия.

Согласно культурно-исторической традиции, отраженной в трудах (Л.С. Выготского, 1988; Л.Я. Гальперина, 1989; А.Н. Леонтьева, 1975; А.Р. Лурия, 1979) становление внимания как высшей психической функции происходит в процессе социального взаимодействия ребенка посредством знакового опосредования. Натуральное внимание постепенно уступает место высшим культурным формам произвольного внимания, становление которого связано с последовательным оформлением таких характеристик, как: целостность, структурность, контроль, регуляция и управление. Их формирование неразрывно связано с поступательным развитием свойств произвольного внимания.

Чтобы достаточно полно представить картину внимания как психического процесса, необходимо упомянуть физиологические корреляты данного процесса. Согласно теории А.А. Ухтомского при сосредоточении внимания в коре головного мозга возникает очаг возбудимости нервных центров, который является доминантой. Другие области коры, в которых протекает процесс торможения, находятся в пассивном состоянии. Такая концентрация и обеспечивает сосредоточение внимание на одних предметах и избегание других²⁰.

²⁰ Верхотурова, Н. Ю. Особенности произвольного внимания учащихся младшего школьного возраста с задержкой психического развития // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. – 2019. – Т. 8. – № 5-1. – С. 203-213.

2.2 Методы изучения внимания

В психологии используются многочисленные диагностические методы для выявления уровня развития внимания²¹. Они бывают двух основных видов – это экспериментальные и диагностические.

Экспериментальное изучение внимания базируется в основном на исследовании отдельных его характеристик. Например, таких как объем, избирательность, устойчивость, концентрация и др.

В качестве таких методик можно привести следующие диагностики: методика «Красно-черная таблица», «Корректирующая проба», «Кольца Ландольта» и пр.

Рассмотрим некоторые из них. Методика «Корректирующая проба» используется профессионалами для того, чтобы исследовать особенности активного внимания, устойчивости и способности к его концентрации. Применение данной методики позволяет определить колебание внимания – проще говоря, периодическое кратковременное непроизвольное ослабление и усиление сосредоточенности, а также наличие утомляемости. Исследование происходит следующим образом – испытуемому предоставляется специальный бланк с рядами букв, расположенных в случайном порядке. Задачей испытуемого является зачеркивать одну или две буквы и подчеркивать другие²².

Немаловажным представляется и исследование устойчивости внимания, задачей которого является установление следующих моментов:

- прочности и устойчивости сохранения внимания к определенной задаче на протяжении длительного времени;
- отмечаются ли при этом известные колебания в устойчивости внимания;

²¹ Гамезо, М. В. Возрастная и педагогическая психология: Учеб. пособие. – М.: Пед. о-во России, 2018. С. 89.

²² Макеева Т.Г. Тестируем детей. Р.-н/Д.: Феникс, 2019. С. 132.

- условий возникновения явления утомления, при которых внимание субъекта начинает отвлекаться побочными раздражителями²³.

Методику «Красно-черная таблица» применяют для оценки переключения внимания. В ходе исследования испытуемым дают таблицу, в которую вписаны числа красного и черного цвета. Задачей испытуемых является поиск попеременно чисел красного и черного цветов, но числа красного цвета необходимо отыскивать в убывающем порядке, черного же, наоборот – в возрастающем²⁴.

Не редко применяется методика «Кольца Ландольта», который предназначен для детей младшего возраста. Корректирный бланк содержит случайный набор колец с разрывами, которые направлены в разные стороны. С помощью этого теста также определяется концентрация и устойчивость внимания ребенка.

2.3 Выводы по второй главе

Существуют различные психологические теории внимания. Значительный вклад в понимание природы внимания внесли: Т. Рибо, который связывал внимание с регуляцией идеомоторных движений, осуществляемых при восприятии и представлении объектов. По мнению Д.Н. Узнадзе, напрямую связана с вниманием установка. Внутренне она и выражает собой состояние внимания человека. С понятием установки в теории Узнадзе также связано понятие объективации. П.Я. Гальперин считал, что внимание является одним из моментов ориентировочно-исследовательской деятельности. Оно представляет собой психологическое действие, направленное на содержание образа, мысли, другого феномена, имеющегося в данный момент времени в психике человека. У Течнера

²³ Лурия, А. Р. Лекции по общей психологии: учебное пособие. – М.: Питер, 2022. С. 184.

²⁴ Макеева Т.Г. Тестируем детей. Р.-н/Д.: Феникс, 2019. С. 135.

вводится понятие «волны внимания», с помощью которого определяются три главных свойства внимания.

Внимание – необходимое условие качественного выполнения любой деятельности. Оно выполняет функцию контроля и особенно необходимо при всяком обучении, когда человек сталкивается с новыми знаниями, объектами, явлениями.

Заключение

В данной работе были исследованы общие представления о таком психическом процессе как внимание. В ходе исследования была дана классификация видов внимания, а также рассмотрены типы нарушения внимания. Были определены физиологические механизмы, определяющие избирательное протекание процессов возбуждения, лежащих в основе процесса внимания, изучены его функции и свойства и внимательности как свойства личности.

Во второй главе были рассмотрены различные взгляды современных исследователей на вопрос внимания, а также методы исследования процесса внимания

В заключении можно сказать, что внимание является результатом долгого и сложного пути развития человека. Большое значение имеет произвольность внимания человека, так как процесс формирования такого внимания позволяет глубже понять внутренние механизмы сложной формы организации сознательной деятельности человека, которая играет решающую роль в его психической деятельности.

Развитие внимания также представляется немаловажным для совершенствования жизненно важных функций, как и прочих физиологических показателей организма. Процесс внимания направлен на более ясное восприятие окружающей действительности, решение умственных задач, а также на отбор максимально важных приоритетов в сферах деятельности человека.

Помимо прочего было выяснено, что внимание запускает необходимые физиологические и психологические процессы, а при необходимости, тормозит их, способствуя таким образом целенаправленному и организованному отбору поступающей к человеку информации согласно его нынешним запросам и потребностям, и обеспечивая избирательную и

длительную сосредоточенность психической активности на одном и том же объекте или сфере деятельности.

Список использованной литературы

1. Ахметова, З. А. Внимание как проблемное поле психологии / З. А. Ахметова // Вестник Кыргызско-Российского Славянского университета. – 2018. – Т. 18. – № 1. – С. 169-173.

2. Верхотурова, Н. Ю. Особенности произвольного внимания учащихся младшего школьного возраста с задержкой психического развития / Н. Ю. Верхотурова, А. Г. Литвинова, Г. К. Антошечкина // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. – 2019. – Т. 8. – № 5-1. – С. 203-213.

3. Габдулина Л.И. Подходы к исследованию внимания в отечественной и зарубежной психологии / Л.И. Габдулина. – Р.-н/Д.: ЮФУ, 2017. – 150 с.

4. Гамезо, М. В. Возрастная и педагогическая психология: Учеб. пособие для студентов пед. вузов / М. В. Гамезо, Е. А. Петрова, Л. М. Орлова; под ред. М. В. Гамезо. – М.: Пед. о-во России, 2018. – 508 с.

5. Дроздова, В. А. Основные свойства внимания и возможности их эффективного использования в современных условиях / В. А. Дроздова // Психология, социология и педагогика. – 2019. – № 2(29). – С. 8.

6. Ефимова, Н. С. Основы общей психологии: учебник / Н. С. Ефимова. – М.: ИНФРА-М, 2019. – 287 с.

7. Лурия, А. Р. Лекции по общей психологии: учебное пособие / А. Р. Лурия. – М.: Питер, 2022. – 319 с.

8. Макарова, Н. Г. Исследование у студентов свойств внимания: устойчивость, концентрация, распределение / Н. Г. Макарова // Фундаментальные и прикладные исследования: проблемы и результаты. – 2018. – № 6. – С. 76-80.

9. Нуркова, В. В. Общая психология: учебник для СПО / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. - 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2019. – 524 с.

10. Общая психология: учебное пособие / В. В. Богословский, А. Д. Виноградова, А. Г. Ковалев и др.; под ред. В. В. Богословского и др. - 8-е изд., перераб. и доп. – М.: Просвещение, 2011. – 383 с.
11. Практикум по общей психологии: внимание и память / А. В. Гришина, А. С. Коленова, А. М. Кукуляк, Ю. В. Селезнева. – Р.-н/Д.: ДГТУ, 2022. – 46 с.
12. Разыкова, Л. Т. Внимание и его функции в жизни и деятельности личности / Л. Т. Разыкова // Проблемы науки. – 2020. – № 4(52). – С. 83-84.
13. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – М.: Питер, 2022. – 705 с.
14. Тестируем детей: психологическое тестирование, диагностика интеллекта, профессиональное тестирование / Сост. Т. Г. Макеева. - 4-е изд. – Р.-н/Д.: Феникс, 2019. – 347 с.
15. Щербатых, Ю. В. Общая психология / Ю. В. Щербатых. – М.: Питер, 2020. – 272 с.