

Контрольная 9. ВНИМАНИЕ



Ягловская Елена Константиновна,

кандидат психологических наук, профессор, кафедра «Дошкольная педагогика и психология»,
факультет «Психология образования», ФГБОУ ВО МГППУ, Москва

Во многих работах, посвященных проблеме внимания, указывается на то, что насколько этот термин понятен при использовании в повседневной жизни, настолько он противоречив и разнообразен при его изучении. Причиной различных точек зрения на понятие «внимание» являются его особенности. Первая связана с тем, что оно никогда не проявляется без участия других психических процессов. Так, мы не можем сказать, что просто «внимаем», а говорим: внимательно слушаю, разглядываю, сосредоточен на решении задачи. Вторая особенность внимания заключается в том, что оно не имеет отдельного продукта – психического образа, на построение которого направлены познавательные процессы. Например, *восприятие* направлено на выявление и создание образа внешних особенностей предметов, *воображение* – на построение замысла, и т.д. Более того, некоторые полагают, что внимание не относится к познавательной сфере, а напрямую связано с волевыми усилиями человека.

Несмотря на различные точки зрения, понятие «внимание» в психологии объясняется через возможность сосредоточиться на восприятии приоритетной информации и выполнении поставленных задач [2]. Они являются важнейшим условием успешности любой деятельности, в том числе и обучения в школе. Поэтому, уже начиная с дошкольного возраста, педагогам необходимо создавать условия для формирования предпосылок таких возможностей. Эти условия будут несколько отличны, в зависимости от того, с каким видом внимания мы сталкиваемся. В психологии различают *непроизвольное* и *произвольное* внимание.

Непроизвольное внимание

В развитии детей дошкольного возраста доминирующее значение имеет непроизвольное внимание. Оно берет свое начало от врожденного ориентировочного рефлекса – биологически обусловленной реакции на происходящие во внешней

среде изменения, появление в ней нового объекта или исчезновение чего-то привычного. Например, если в тишине прозвучит громкий звук, человек непроизвольно (рефлекторно) повернет голову в его сторону. На шум играющего в соседней комнате ребенка, занятые своими делами, мы не обращаем никакого внимания, но стоит только наступить тишине, идем смотреть, что происходит. Что же заставляет человека, помимо его воли, обращать внимание на те или иные стороны действительности? Прежде всего, интенсивность и новизна. Например, яркая вспышка света скорее привлечет наше внимание, чем слабый свет фонарика вдалеке. Ребенок потянется к новой игрушке, бросив ту, с которой только что играл. Сила воздействия предметов и явлений на наше внимание будет зависеть и от конкретных условий. Так, в шумном городе мы не обратим внимания на шорох листьев, а в тихом лесу он вызовет определенную настороженность. Кроме этого, влияние внешних воздействий зависит от их связи с потребностями, интересами человека. Так, будучи голодны, мы невольно обращаем внимание на запахи еды или в шумной компании, увлеченные беседой, обязательно обернемся на человека, тихо произнесшего наше имя. Таким образом, можно говорить, что непроизвольное внимание не просто связывает человека с внешним миром, но выделяет из воздействующих стимулов наиболее значимые для него, т.е. обеспечивает селекцию (но без сознательного участия самого человека) поступающей информации.

Произвольное внимание

В дошкольном возрасте только начинает формироваться. Его предпосылки складываются в более ранних возрастах, с младенчества. Они связаны с тем, что взрослый применяет внешние средства, организующие внимание ребенка: жест, взгляд. Постепенно к ним добавляется такое важное средство, как речь. Оно позволяет ребенку уже самому, «про себя», направлять и регулировать внимание. С помощью речи происходит обобщение всех этапов деятельности, на которых необходимо сосредоточиться. Такие возможности наблюдаются у детей к концу старшего дошкольного возраста.

Важным для развития произвольного внимания является формирование способности проследивать выполнение своих действий, контролировать их. Средством этого выступает словесная инструкция взрослого, в которой отражены цели деятельности и действия для ее достижения. Проговаривание ребенком инструкций сначала во внешнем плане, а потом про себя позволяет ему удерживать внимание на разных этапах деятельности, т.е. организует его. При этом делать это наиболее эффективно старший дошкольник может только с опорой на наглядный материал (картинки, схемы).

Основная функция произвольного внимания заключается в поддержке сосредоточенности человека на контроле выполняемых действий, их соответствия образцу, правилу (инструкции). Такие задачи перед ним стоят только в определенных условиях – в начале овладения какой-нибудь деятельностью или когда она малопривлекательна.

Важным условием развития дошкольников являются *детские виды деятельности*, которые интересны, вызывают у них непосредственное внимание. Более того, в образовательном процессе перед детьми не ставят специальной задачи на произвольное внимание. Поэтому для формирования его предпосылок контроль должен удерживать взрослый, подсказывая ребенку, на что обратить внимание. Также важна и организация совместной деятельности детей, когда они могут отслеживать действия партнера, а потом, в свою очередь, и собственные. Для достижения большей эффективности можно заранее распределить функции детей в их взаимодействии: кто-то берет на себя роль «исполнителя», а кто-то – «контролера».

Отличия и сходство видов внимания

Таким образом, в образовательной работе с дошкольниками должно учитываться существенное отличие непроизвольного и произвольного внимания. Оно заключается в том, что ***непроизвольное внимание возникает под воздействием внешних причин, тогда как произвольное – внутренних***. Эти причины связаны с целью деятельности, поэтому произвольное внимание иногда называют *целенаправленным*. Понимание цели деятельности, в свою очередь, делает необходимым совершать определенные действия на регуляцию внимания, для чего человек использует различные средства.

Несмотря на качественные психологические различия указанных выше видов внимания, они имеют *одинаковые физиологические и внешние проявления*. На физиологическом уровне непроизвольное и произвольное внимание проявляется как возникновение очага возбуждения в коре головного мозга с одновременным торможением импульсов от других, менее значимых стимулов. Внешне – в повороте головы, изменении позы и других специфических движениях – происходит сосредоточение органов восприятия (глаз, слуха, обоняния и пр.) на предмете или явлении, что позволяет ясно их воспринимать.

У произвольного и непроизвольного внимания имеются и *общие психологические характеристики*, такие как устойчивость, объем, распределение и переключение.

Характеристики внимания

Человек не может удерживать внимание на том большом количестве информации, стимулов, которые воздействуют на него одновременно, с тем чтобы ясно все их осознать. Для этого ему необходимо сосредоточиться только на некоторых из них, значимых или необходимых в конкретной ситуации. Количество объектов, которые мы способны одновременно ясно воспринимать и анализировать, называется **объемом внимания**. Это существенно зависит от связей объектов, на которые оно направлено, и от самой ситуации. Так, если ребенку показать на несколько секунд пять–шесть геометрических фигур, он не сможет их все запомнить, так как на некоторые не обратит внимания. Если же ему показать

постройку из них – он справится с этой задачей лучше. Объем внимания зависит и от конкретной ситуации. Так, начиная с четырех–пяти лет, в игре ребенок может удерживать в поле внимания несколько игрушек (игрового материала) одновременно. Но если на занятии даже старшим дошкольникам предложить две–три игрушки и попросить придумать рассказ, одни сочинят историю только про одну игрушку, другие будут рассказывать про несколько, но не обращая внимания на их особенности [1]. Объем внимания зависит и от физиологических особенностей нервной системы, поэтому дети даже одного возраста могут существенно различаться по своим возможностям. Но в среднем к концу дошкольного возраста они способны обращать внимание на два–три объекта и их связи независимо от того, ставится ли перед ними такая задача или нет. Например, старший дошкольник может сказать о последовательности нескольких действий, на которые непроизвольно обратил внимание: сначала проехала машина, потом прошли люди. Или запомнить последовательность действий, на которые обратил его внимание взрослый: сначала надо нарисовать дом, а потом деревья вокруг него.

Для увеличения объема *непроизвольного внимания* традиционно используются **задачи на внимательность**. Например, можно в группе поменять порядок расположения предметов и попросить детей сказать, что именно изменилось. Или предложить запомнить находящиеся перед ними игрушки, а когда отвернутся, убрать одну из них и спросить, что изменилось. Но для *произвольного внимания* имеет значение не только количество объектов, на котором оно сконцентрировано, но и умение *внимательно проследивать их связи и отношения*. Здесь взрослому необходимо с помощью инструкции, жестов, наглядного материала объяснять или наглядно показывать последовательность действий, направленных на обследование объектов.

Наше внимание обращено не только на внешние воздействия, но и на собственные действия. Когда человек выполняет несколько действий одновременно, говорят о **распределении внимания**. Например, мы можем одновременно говорить по телефону, смотреть телевизор, готовить ужин. Насколько успешно решена задача на распределение, свидетельствуют результаты этих действий (понимание того, о чем говорит собеседник, что происходит на экране, несгоревшая еда). Из этого примера видно, что чем более знакомы нам действия, чем они привычнее, тем проще распределять внимание между ними. Конечно же, жизненный опыт у дошкольников еще мал, но они вполне справляются с одновременным выполнением таких действий, как говорить и смотреть по сторонам, играть и наблюдать за партером по игре и пр. Но вот внимательно слушать и одновременно выполнять поставленную задачу или деятельность они еще не могут. Поэтому взрослому необходимо избегать таких ситуаций.

На протяжении одного дня ребенок включен в различные виды деятельности, режимные моменты. Он сталкивается с необходимостью **переключения внима-**

ния, т.е. с задачей изменения его направленности с одного предмета или действия на другие. Если они привлекают непосредственное внимание ребенка, то такое переключение происходит помимо его воли, автоматически. Сложности возникают тогда, когда ему надо оторваться от увлекательного занятия и приступить к тому, что не интересно или не хочется делать. Например, закончить игру и внимательно «заниматься» математикой. Как правило, такие проблемы решаются заблаговременным предупреждением ребенка о необходимости завершить то, во что он погружен, и переходить к другому. Для формирования возможностей дошкольника самому переключать свое внимание рекомендуется использовать *двигательные упражнения*, когда он должен по команде закончить одно и сконцентрироваться на выполнении другого. Этому также способствуют и разные задания в условиях *организованного соревнования*, в котором побеждают те, кто быстрее и хорошо их выполнил [1]. Например, нарисовать несложный рисунок, собрать простую постройку, отгадать загадку.

Самой важной характеристикой внимания детей дошкольного возраста является его **устойчивость**. Она предполагает возможность длительное время сосредотачиваться на чем-либо. Устойчивость *непроизвольного внимания* связана, с одной стороны, с процессами созревания, прижизненного формирования нервной системы, а с другой – с привлекательностью выполняемой деятельности. Так, младший дошкольник, если его никто не отвлекает, может играть на протяжении 30–50 минут, а ребенок старшего возраста – около 90 минут. На устойчивость *произвольного внимания* оказывает влияние **понимание цели деятельности, осознание ее значимости**. Это создает условия для появления волевых усилий, направленных на удержание внимания на цели даже при выполнении малопривлекательного задания. Например, в ситуации, когда дошкольника просят просто рассмотреть картинку, устойчивость его внимания составляет 6–7 секунд в младшем и 12–13 секунд в старшем возрасте. Если же взрослый предлагает ему задание (т.е. ребенок понимает, что он делает его для взрослого) разложить кусочки бумаги по цвету в соответствующие коробочки, то дети 3,5–4,5 лет выполняют его 30–40 минут, отвлекаясь в среднем на 7–8 минут, тогда как дети 5,5–6,5 лет могут справиться с ним, практически не отвлекаясь на протяжении часа [3]. При развитии устойчивости произвольного внимания немаловажную роль играют не только объяснения взрослым цели деятельности, но и выделение в ней тех моментов, на которые ребенок должен его обратить. Такие словесные инструкции целесообразно подкреплять дополнительным наглядным материалом, на котором взрослый жестом отмечает эти «точки внимания». Например, при конструировании большой постройки на ее схеме показывать последовательность действий (с чего надо начать, как выстраивать ее в высоту и в ширину, как разместить в пространстве детали и пр.). Проблемы в устойчивости внимания характеризуются как *рассеянность*. Однако необходимо понимать, что в дошкольном возрасте ее причиной могут быть возраст-

ные особенности (например, в первой половине этого периода), недостаточная зрелость нервной системы (как в случае гиперактивности), отсутствие интереса к предлагаемой деятельности либо выраженное эмоциональное напряжение. Самостоятельно дети еще не могут преодолеть эти причины, и им требуется определенная помощь взрослого.

Поскольку в дошкольном возрасте преобладает непроизвольное внимание, создание условий, способствующих формированию его произвольной формы, носит подготовительный характер. Детские виды деятельности, в которых взрослый обращает непосредственное внимание детей на различные аспекты окружающей действительности, используя яркие, привлекательные педагогические приемы и материалы, но при этом организует их внешние ориентировочные действия (с помощью жестов, наглядного материала и словесной инструкции), создают только предпосылки формирования произвольного внимания и его характеристик. Подлинно произвольное внимание, связанное с усилиями его удержания, в том числе и в ситуации выполнения малоинтересного задания, в полной мере появляется только в школьном возрасте.

Источники

1. Дьяченко О.М., Лаврентьева Т.В. Психологические особенности развития дошкольников, Лаврентьева Т.В. М.: Эксмо, 2009.
2. Психологический словарь / Под ред. В.П. Зинченко, Б.Г. Мещерякова. 2-е изд., перераб. и доп. М.: Педагогика-пресс, 1996.
3. Психология детей дошкольного возраста. Развитие познавательных процессов / Под ред. А.В. Запорожца и Д.Б. Эльконина. М.: Просвещение, 1964.

Контрольное задание № 9

Ситуация

Воспитатель предложил детям средней группы сделать новогоднюю открытку. Он обратил их внимание на то, что она может быть изготовлена разными способами: как рисунок красками, аппликация из бумаги или пластилина. Показал, что им надо делать в том или ином случае. Затем воспитатель, используя красочный наглядный материал, рассказал о других праздниках и организовал обсуждение на тему «Почему мы любим Новый год?». После этого попросил дошкольников выбрать понравившийся им вариант открытки и приступить к работе.

Вопросы

1. Как повлияет на внимание детей такая организация занятия?
2. Сделал ли воспитатель ошибки? Обоснуйте свой ответ.

