



Внимание обуславливает успешную ориентировку субъекта в окружающем мире и обеспечивает более полное и отчётливое отражение его в психике. Объект внимания оказывается в центре нашего сознания, все остальное воспринимается слабо, неотчётливо, однако направленность нашего внимания может меняться.

Внимание не представляет самостоятельного психического процесса, так как не может проявляться вне других процессов. Мы внимательно или невнимательно слушаем, смотрим, думаем, делаем. Таким образом, внимание является лишь свойством различных психических процессов».

Так как внимание выступает стороной [познавательных процессов](#) как деятельности, направленной на объект, то, в зависимости от содержания этой деятельности, выделяют:

- внешнее внимание (сенсорно-перцептивное) — обращено на объекты внешнего мира. Необходимое условие познания и преобразования внешнего мира ;
- внутреннее внимание (интеллектуальное) — обращено на объекты субъективного мира человека. Необходимое условие самопознания и самовоспитания ;
- моторное внимание — внимание направлено на движения и действия, совершаемые человеком.

**Свойства внимания** — направленность, объём, распределённость, сосредоточенность, интенсивность, устойчивость и переключаемость — связаны со структурой деятельности человека.

**Далее подзаголовки: Концентрация Объём Устойчивость  
Переключаемость  
Распределение Рассеянность Дефицит внимания**

[Википедия](#)

\*\*\*

[И еще о внимании с сайта](#)

## Виды внимания

1. **сенсорное** (зрительное, слуховое, тактильное и др.);
2. **двигательное**, проявляющееся в моторных процессах, в их осознании и регуляции;
3. **эмоциональное**, привлекаемое эмоционально-значимыми стимулами;
4. **интеллектуальное внимание** - внимание к предмету обдумывания, к интеллектуальным операциям, с помощью которых реализуется сам процесс мышления;
5. **непроизвольное** - первичное то, с которым ребенок рождается; в его основе лежит ориентировочный рефлекс;
6. **произвольное** – вторичное, является социально опосредованным типом внимания. Требуется волевых усилий.
7. **постпроизвольное** внимание – целью становится сама деятельность. Выполнение деятельности уже не требует специальных умственных усилий.

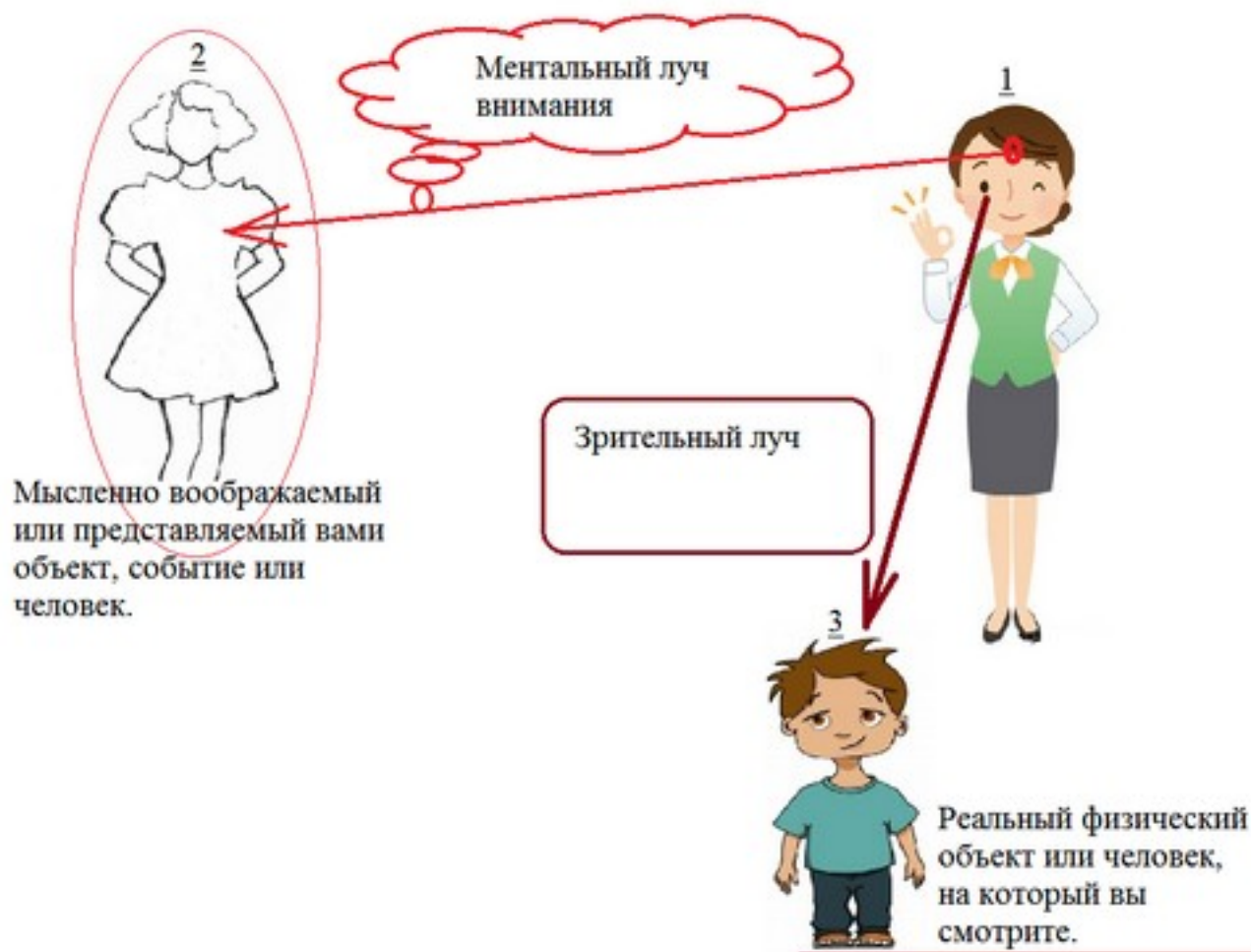
## Свойства внимания:

- **Концентрация** - это степень сосредоточенности сознания на одном и том же предмете, объекте деятельности.
- **Устойчивость** - это характеристика внимания во времени. С определяется длительностью сохранения внимания на одном том же объекте или одной и той же задаче.
- **Переключение** – это скорость перемещения фокуса внимания с одного объекта на другой, перехода от одного вида деятельности к другому.
- **Объем** – это сосредоточенность сознания на нескольких объектах одновременно.
- **Распределение** – это свойство внимания, проявляющееся в процессе деятельности, требующей выполнения не одного, нескольких действий одновременно.

Методы Визуализации Котельникова Наталья Владимировна © 2019

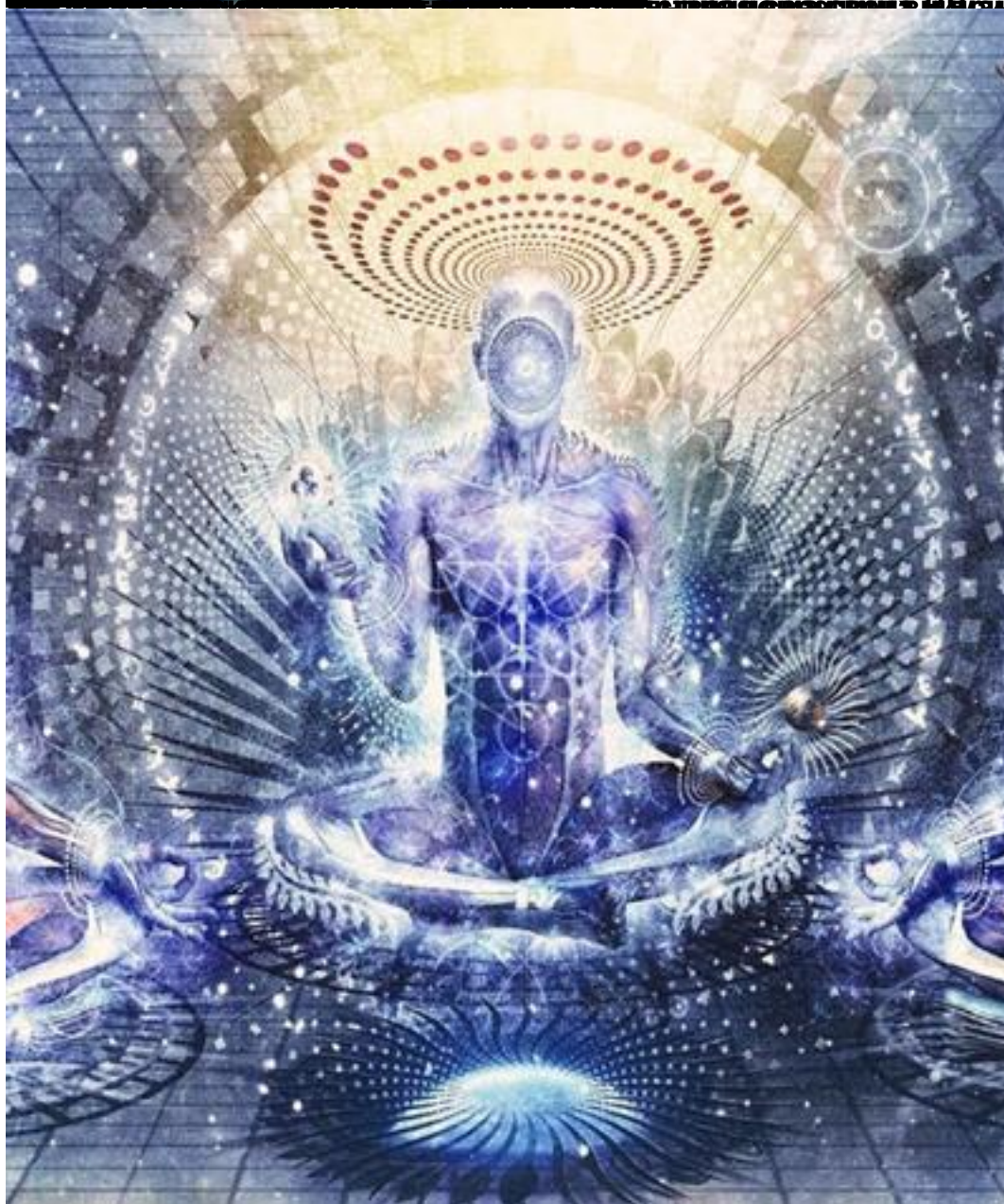


## Ментальный луч внимания



Ваганов И.В. [www.Эмпатия.com](http://www.Эмпатия.com)





Внимание в