

В психичната дейност вниманието заема особено място. За разлика от другите психични процеси, които в някаква степен са свързани функционално с относително определени и фиксирани физиологични особености на своя носител- мозъка, за вниманието, изразявайки насочеността на психиката към задоволяването на някакви потребности, не може да се посочи същото. То се превръща в един регулиращ психиката механизъм който осигурява протичането на психичните процеси. Вниманието е своеобразен организатор на човешката психика, без да притежава познавателен характер, то осигурява протичането на познавателните психични процеси и опознаването на обектите, породили тези процеси.

Вниманието е обект на изследване от редица автори: Н.Ф.Добринин изследва видовете внимание, И.В.Страхов разглежда вниманието във връзка с типологическите особености на висшата нервна дейност, В.Г.Ананиев се занимава с проблема за възпитанието на вниманието и др. Н.Ф.Добринин разглежда вниманието като насоченост и съсредоточеност на психическата дейност на човека, като под насоченост се разбира избирателният характер на психическата дейност върху определен обект или дейност, а съсредоточаването намира израз при вглъбяването в дадена дейност. М.В.Гамезо и И.А.Домашенко посочват, че вниманието има социална природа. То е породено в трудовата дейност и се явява една от основните психологически характеристики на трудовия процес.

Вниманието има важно значение за живота на човека, за познавателната и за всяка дейност, в науката, в изкуството, във всяка форма на творчество. Ако не съществуваше тази способност в съзнанието на човека да се съсредоточава върху даден обект или явление, абстрахирайки се от всичко друго, то предметите и явленията щяха да бъдат еднакво обект на нашето съзнание, т.е. еднакво неясни.

Вниманието има съществено значение за учебната дейност. То е условие а всички моменти на образователния процес. Особено е належащо да се подчертае участието му при възприемането на учебното съдържание. През време на урока върху сетивните органи на детето действат най-различни дразнители: слухови, зрителни и т.н. То може да следи урока, ако насочва вниманието си към тези дразнения, които са организирани от учителя, и не възприема страничните, несъществените. Благодарение на него възприятието добива избирателен характер и е първа степен на познанието.

Вниманието създава необходимата готовност за възприемане и за действие на човека.

Активизирането на детето в началото на дейността е много важен момент.

Играе роля не само при възприемането на учебното съдържание, но и за неговото осмисляне и запомняне.

При участие на вниманието протича мисленето на детето.

Следва да се разгледа физиологичната основа на вниманието. То има рефлексен характер, съгласно възгледите на И.М. Сеченов. Принципът на взаимната индукция и центровете на оптималната възбуда в учението на И.П. Павлов и учението на А.А. Ухтомски за принципа на доминантата в мозъчната кора внасят още по-голяма яснота в разкриването на физиологичния механизъм на вниманието. Съгласно принципа на взаимната индукция и центровете на оптимална възбуда, наличното огнище на възбуда в определени зони на мозъчната кора индуцира отрицателно и потиска останалите зони. Благодарение на това е възможно съсредоточаването на нашето съзнание върху определен обект или дейност. Участъкът с оптимална възбуда не е постоянен, а се мени непрекъснато, благодарение на което обектите на вниманието не са едни и същи.

Важен дял в разкриването на физиологичния механизъм на вниманието има А.А. Ухтомски, който открива и изследва принципа на доминантата и го разглежда като основа на акта на вниманието. А.А. Ухтомски обръща внимание на това, че не силата на външните дразнители прави даден център доминантен, а способността на този център да сумира в себе си вълните от страничните импулси и да усилва своята възбуда.

В психологията се разграничават два основни вида внимание, в зависимост от участието на съзнанието и волята, в зависимост от активността на човека в организацията на вниманието: непреднамерено (неволево) и преднамерено (волево). Някои психолози, като Н.Ф. Добринин, говорят и за трети вид - послеволево (послепреднамерено) внимание. Неговото предложение е целесъобразно да се приеме, за да може по-пълно да се разбере въпросът за участието и възпитанието на вниманието при обучението.

При неволево внимание, като първична степен на вниманието, целенасочеността и съсредоточеността на съзнанието възникват без всякакво усилие от страна на човека. В основата му е ориентировъчният рефлекс. Дразнители като сила, яркост, внезапност

и действие отклоняват вниманието от една към друга сфера и то остава извън волята на човека. Възниква и в резултат на дразнител, носещ новости, носещ характерна и неизвестна информация. В.М. Теплов посочва две основни групи причини, които пораждаат неволевото внимание- външни и вътрешни.

Външните причини (обективният фактор) са свързани с особеностите на предметния дразнител: сила и интензивност (има се предвид не абсолютната, а относителната сила на дразнителя); контрастът между дразнителите; пространствената величина на даден обект, когато той се откроява в сравнение със заобикалящите го предмети; периодичното прекъсване на действието на даден дразнител и други.

Вътрешните причини са свързани с вътрешното състояние на човека. Имат се предвид следните състояния: потребностите; чувствата; състоянието на очакване; насочеността на личността, интересите ѝ; миналият опит, представите, знанията, умората.

Умствената активност на човека протича не само на основата на неволевото, но главно на основата на волевото внимание, то е съзнателно и волево протичане на едни или други психични процеси в определена форма на дейност при наличието на цел на човека. Характерно за този вид внимание е не ролята и силата на външните дразнители и фактори от този род, а онази вътрешна активност на психиката, която е подчинена на определена цел.

Волевото внимание е свързано със съзнателното протичане на психичните процеси в определена форма на дейност, при наличието на поставена цел и взето решение, свързано е с волево усилие. Особеностите на волевото внимание са: целенасоченост; организираност; стабилност; дълготрайност.

Ако при неволевото внимание ориентировъчният рефлекс играе голяма роля, при волевото внимание физиологична основа са онези условно рефлекторни връзки, които са се образували в мозъка на базата на предишния жизнен опит на човека.

Послеволевото внимание обединява в себе си положителните черти на неволевото и волевото внимание. Има второсигнален произход и характер. Възниква най-напред въз основа на съзнателно поставена цел. Постепенно, ако дейността или задачата, която

решаваме, се окаже увлекателна, то започва да се поддържа не с усилие на волята. По това се доближава до неволево внимание, но все пак се отличава от него, защото последното възниква независимо от нашето желание, а послеволево внимание възниква въз основа на взето решение.

При учебната работа трябва често да се осъществява това развитие от волево към послеволево внимание, тъй като, от една страна, се упражнява волево внимание, а от друга, се създават условия за икономия на време и сили.

Да се характеризира вниманието това ще рече да се охарактеризира психиката в действие съобразно потребностите на личността, които я насочват в определена област, затова вниманието е своеобразен механизъм на психичната дейност, механизъм, който притежава редица общи и специфични особености.

Устойчивостта се измерва с продължителността на времето, през което даден участък от кората на главният мозък се намира в оптимална възбуда.

Факторите, от които зависи устойчивостта, са: правилното дозиране на задачите; оптималният режим на работа; разнообразяването на дейностите; възрастта; особеностите на предмета, върху който трябва да се привлече вниманието; дейността, в която е включен ученикът (ако е пасивен слушател- устойчивостта е малка, ако участва активно в урока- устойчивостта се повишава); борбата с умората.

Надежден метод за изследване устойчивостта на децата от предучилищна и ранна училищна възраст е разглеждането на картина, оставена на 1,5-2 метра пред детето. Времетраенето на задържането на погледа върху картината е показател за устойчивостта на вниманието.

Разпространен метод се явява и коректурната проба на Бурдон-Анфимов (зачеркване на зададени букви на бланка).

Следващата характеристика на вниманието е неговото колебание, т.е. периодичното

засилване и отслабване на вниманието, насочено към един обект за единица време установено е, че няма закономерна ритмичност на засилване и отслабване на вниманието. И все пак, при продължителна работа, поради умора и други дразнители, се наблюдават периоди на отслабване на вниманието. Затова, в урочната работа трябва да се внася разнообразие и да има почивки.

Вниманието не остава непроменено то е извънредно подвижно, динамично. Подвижността се изразява в закономерната, периодична смяна на обектите, към които е насочено. Подвижността може да се дължи на съзнателно преместване на вниманието от един обект на друг. Тук говорим за превключване на вниманието (положително качество). Може да се дължи и на слабата устойчивост. Тогава имаме отвличане на вниманието (отрицателно качество).

Подвижността (динамичността) добре се илюстрира и се констатира при двойствените изображения.

Една от методиките за изследване превключването на вниманието е тази на Шулте. На изследваното лице се показва квадрат, разделен на определен брой малки квадратчета, в които могат да бъдат разположени в случаен ред различни знаци: например арабски или римски цифри. Изследваното лице трябва последователно да търси арабската и римската цифра, при което търсенето на арабските цифри може да се осъществява в възходящ ред, а на римските в низходящ. По такъв начин се превключва вниманието от една дейност на друга. По времето за изпълнение и по характер на търсенето се съди за скоростта на превключване на вниманието.

Една от новите методики за изследване на подвижността на вниманието е тестът със събиране на числа с прехвърляне, създаден от К. Платонов. Състои се от няколко двойки едноцифрени числа, написани едно под друго. Използват се два способа за събиране на числата, сменящи се от експериментатора всяка минута, един след друг. При първия- се събират числата и единиците се пишат на горния ред, а горната цифра от предишната двойка на долния ред. Новополучената двойка отново се събира и записва и т.н. При втория начин- единицата на сумата се записва на долния ред, а долното число от първата двойка на горни ред. Опитът трае от 4 до 14 минути. Изходните числа се записват за всички серии опити. Отчита се:

$K_{\text{пр.вн.}} =$  , където:

$$10 \cdot \log_2(K+2)$$

-N е общият брой на изпълнените цифрове;

-K е общият брой на грешките.

Друго качество, което трябва да се възпитава, е широта на обема. Това е количеството обекти, които можем да обхванем едновременно, с достатъчна яснота, с един акт на вниманието. Физиологична основа са размерите на полетата в мозъчната кора, които са оптимално възбудени. Обемът на вниманието е индивидуална и възрастова характеристика. Зависи от характера на обектите, системата, в която са подредени, от индивидуалните особености на паметта, волята и др.

Обемът се изследва със специален уред- тахистоскоп, чрез които се представят за възприемане определен брой фигури, цифри, думи за дадено време. При обикновени условия може да се използва показаната за кратко време (секунди) картина или табло с рисунки. Колкото повече предмети забелязва детето, толкова по-голям е обемът на неговото внимание.

Ценно качество е и разпределеността, изразена в способността на човека да държи в центъра на вниманието си няколко неща или действия едновременно. Изследванията на Н. Добринин показват, че едновременно извършване на две действия е възможно, но при условие че те са познати на човека и едната от тях в известна степен е автоматизирана. Физиологична основа се явяват нервните процеси, едновременно протичащи във функционално различни участъци на кората на главния мозък. Разпределеността на вниманието изисква от човека значително големи усилия и разход на нервна енергия.

Тези положителни качества на вниманието трябва да се възпитават, като се имат предвид техните взаимни връзки.

Към отрицателните характеристики на вниманието спада разсеяността. Проявява се в две форми: истинска и мнима (отрицателна и положителна по Тр. Трифонов). Физиологична основа на истинската разсеяност е недостатъчната сила на задържането, вследствие на което възбудата в мозъчната кора лесно ирадира и в кората на главния мозък непрекъснато възникват възбудни огнища. А мнимата разсеяност се дължи на прекалената съсредоточеност върху даден обект или дейност, при което човек не забелязва нищо друго, т.нар. професорска разсеяност. Физиологична основа е наличието на огнище на оптимална възбуда, което доминира над останалите участъци от кората на главния мозък.

Необходимо е да се обобщят и основните положения, от които трябва да се изхожда при възпитанието на вниманието, а именно, че то не е наследствено, а е психично свойство на човека, което се формира в индивидуалния му живот; възпитава се чрез въздействие не само на интелектуалната, но и на емоционалната и волевата сфера; роля за формиране на положителните качества на вниманието на човека има правилната организация на неговите дейности.

Условията за възпитаването му се свеждат до разбиране значението на интересите; упражнението; условията за работа; правилния режим; здравословното състояние и други.

Важно значение за възпитанието на вниманието в процеса на обучението има правилната организация на урока- навременно започване на часа, предварителна подготовка на нагледните материали, умело поставяне на целта, правилно използване на времето през всички моменти на урока; разнообразието през време на урока- съдържание, методи на обучение; спазването на всички дидактически принципи- системност, последователност, съзнателност, активност.

Основен фактор при възпитание на вниманието е учителят. От значение са известни лични качества на учителя- глас, изразителност на говора, маниер, жестикулации, качествата на вниманието на самия учител (съсредоточеност и разпределеност); възискателност на учителя.

