



2. LÉKAŘSKÁ FAKULTA
UNIVERZITA KARLOVA

Psychologie

Pozornost

Mgr. et Mgr. Martin Zielina, Ph.D.

Pozornost

- Pozornost je mentální proces, jehož funkcí je vpouštět do vědomí omezený počet informací a tak ho chránit před zahlcením velkým množstvím podnětů.

Jamesova definice pozornosti

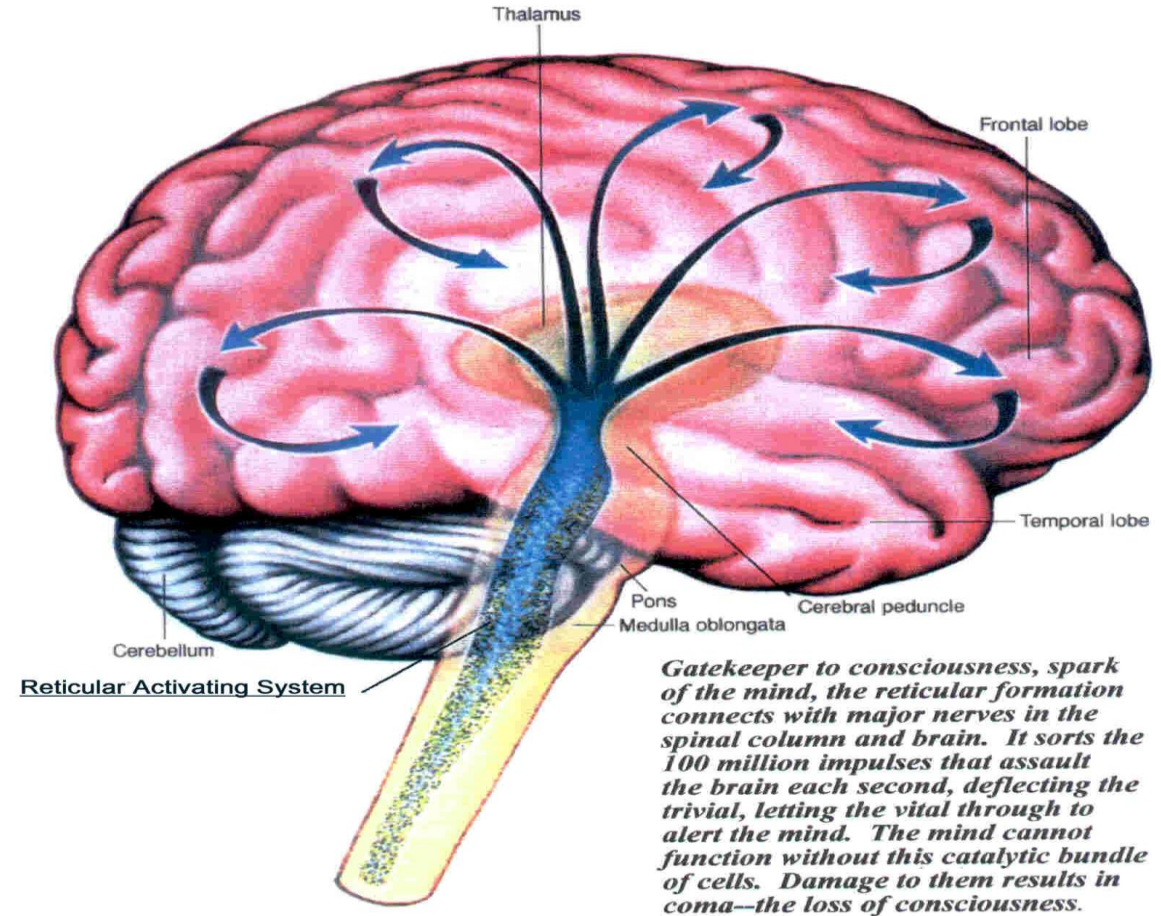


- Pozornost je výběrové zaměření a soustředění vědomí na určité objekty a aktivity.
- Základní vlastností pozornosti je selektivita – výběrovost.
- Vztah pozornosti k jiným mentálním procesům.



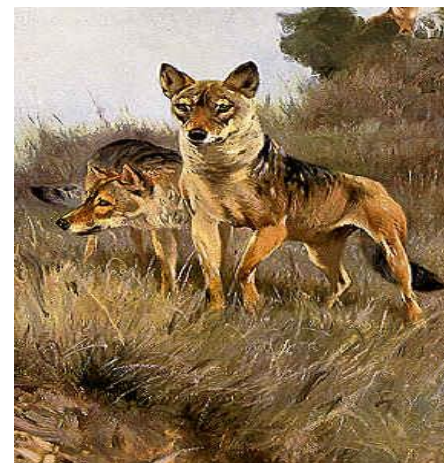
Etapy procesu pozornosti

- **Zaměření** (upoutání pozornosti) – selekce důležitých podnětů. Probíhá převážně nevědomě.
- Vlastní **soustředění** vědomí na psychický obsah či mentální aktivitu. Probíhá vědomě.
- Pozornost může být zaměřena do vnějšího i vnitřního světa
- Neurofyziologickým substrátem pozornosti je retikulárně-aktivační systém – RAS.



Typy pozornosti

- **Bezděčná (pasivní) pozornost**, jejímž základem je orientačně-pátrací reflex, což je vrozená reakce organismu na novost a hrozbu.
- **Pozornost záměrná (aktivní)** – je zřejmě fylogeneticky mladší než bezděčná.
- Bezděčné zaměřené pozornosti se liší od pátracích aktivit, při kterých již využíváme záměrnou pozornost.



Bezděčná pozornost

- Nové podněty a podněty asociované s nebezpečím
- Intenzivní, pohybující se a měnící se podněty
- Změny známých podnětů
- Neobvyklé podněty
- Podněty s osobním či sociálním významem

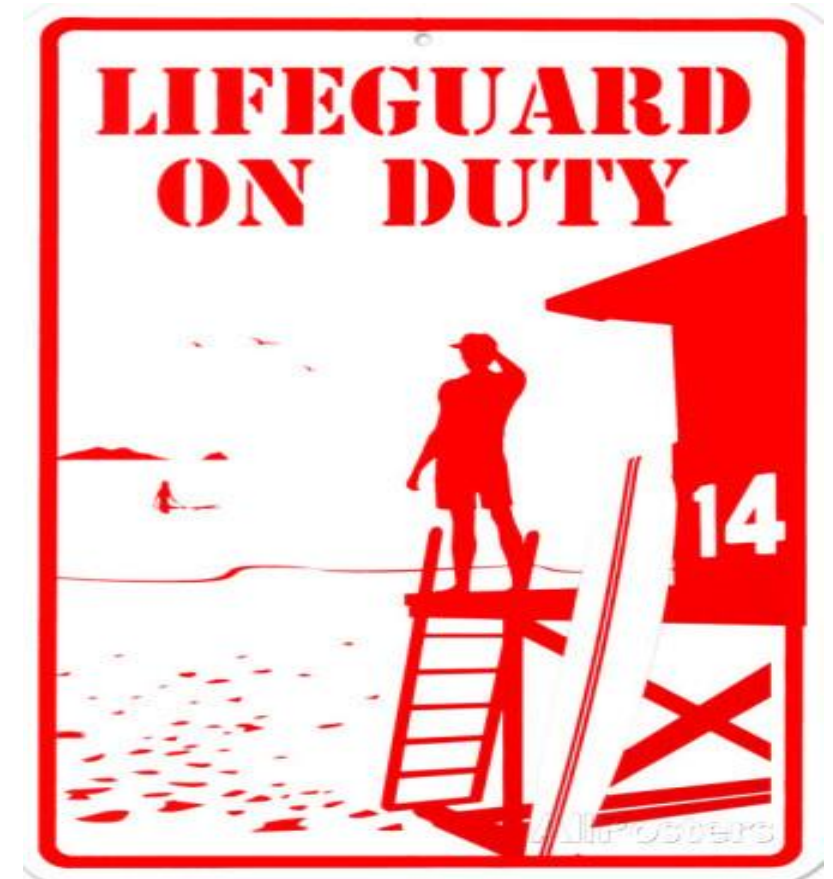


Nápadné podněty



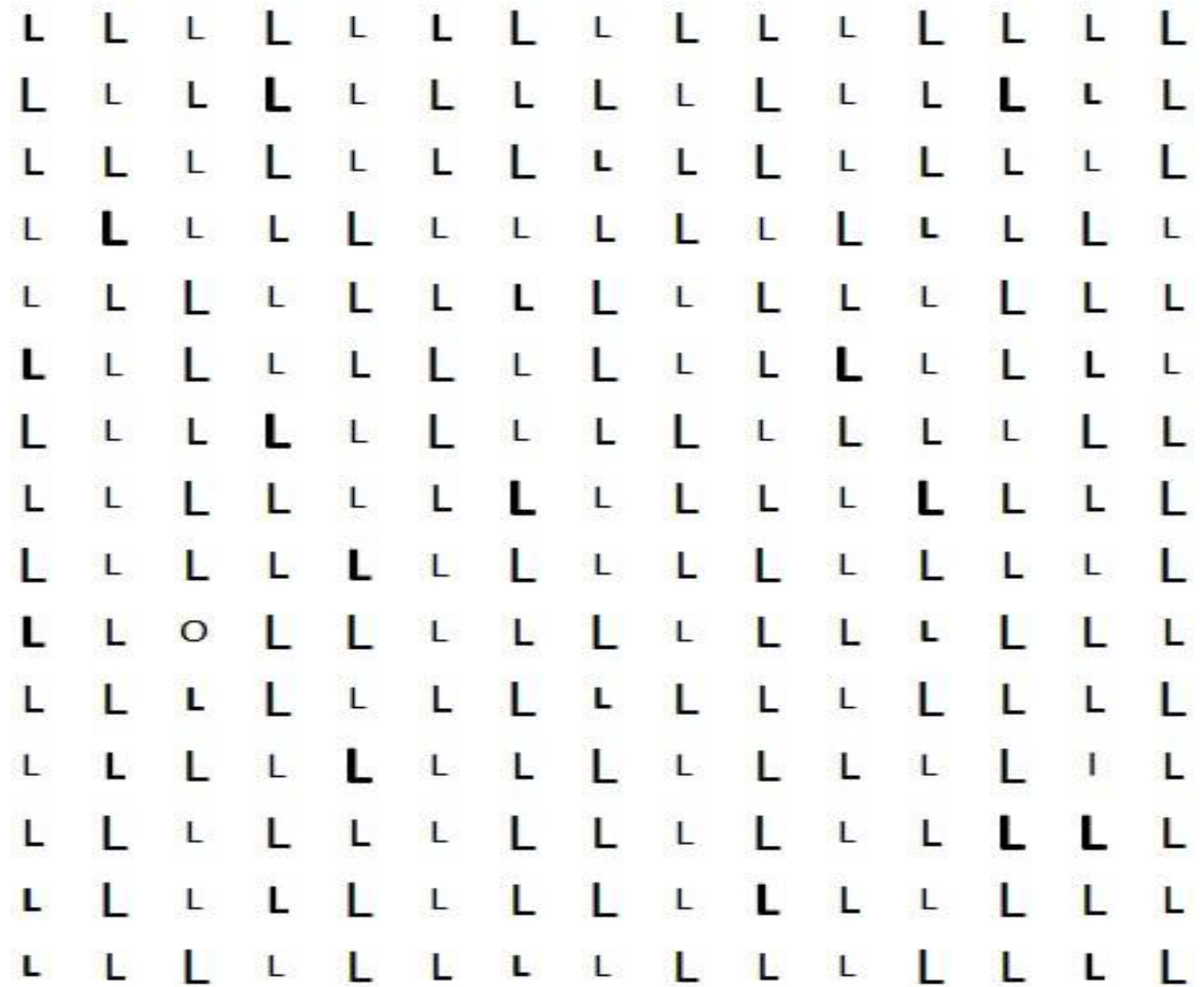
Záměrná (úmyslná, volní) pozornost

- **Ostražitost** – dlouhodobé sledování percepčního pole, čekání na významný podnět
- **Pátrání** – je velmi aktivní, jde o nalezení určitého cílového objektu



Zrakové vyhledávání

- Jedním z procesů, kde můžeme pozorovat rozdíl mezi bezděčnou a záměrnou pozorností je zrakové vyhledávání.
- Fungují zde dva procesy:
 - automatický paralelní proces
 - volní sériový proces



Vlastnosti pozornosti

- **Selektivita** (výběrovost), projevuje se také schopností ignorovat bezvýznamné podněty
- **Koncentrace** (soustředěnost) pozornosti
- **Distribuce** (rozdělování) pozornosti
- **Kapacita** (rozsah) pozornosti. Millerovo magické číslo 7 ± 2
- **Stabilita** (stálost) pozornosti – bodová fixace – 0,1 až 5 sekund. Na jednu činnost se vydržíme soustředit asi 45 minut.



Selektivní pozornost



- Pozornost funguje podobně jako kukátko – propouští pouze velmi úzký proud podnětů, zbytek odbourává.
- V jaké fázi zpracování informace ale leží onen filtr?
- Broadbent: již v receptoru (časná filtrace)
- Deutch & Deutch: až před vstupem do vědomí (informace se dokonale zpracovává, pozornost je jen ochrana vědomí)

Vědomí

Podnět

Receptor

Základní zpracování

Hluboké zpracování



Fenomén koktejlového večírku

- E. Colin Cherry
- Nedokážeme poslouchat dva rozhovory současně
- Metoda stínění (shadowing) – testovaný jedinec má sluchátka a do každého ucha mu pouštíme jinou zprávu; stíněné zprávě nedokážeme porozumět
- Anne Treisman: u nestíněné zprávy poznáváme mužský a ženský hlas, shodný obsah obou zpráv. Také své jméno, slova se sexuálním významem.



Alternativa k metodě stínění

Následující text obsahuje dvě zprávy, z nichž jedna je vytištěná černě a druhá barevně. Vaším úkolem je přečíst co nejrychleji text vytištěný černým písmem. Tento postup se podobá stínění.

Při provádění takovýchto experimentů má z hlediska muž pozornosti auto rozhodující chlapec význam klobouk to špendlík, že bonbón text starý, který kuň osoba strom čte pero, je telefon smysluplný kráva a gramaticky kniha správný pásek. Díky muž tomu auto je chlapec text klobouk natolik špendlík snadný bonbón, že starý jeho kuň čtení strom není pero příliš telefon obtížné kráva a nevyžaduje kniha soustředěnou pásek pozornost.

- Po přečtení si zkuste vybavit vše, co jste si zapamatovali z modrého textu.
- Informace, kterým nevěnujeme pozornost, nevstupují do vědomí a později je nelze do vědomí vybavit.



Teorie selektivní pozornosti

Dilema mezi časnou a pozdní selekcí

Teorie filtru Donalda Broadbenta – výběr podnětů probíhá již v receptoru – časná selekce.

Teorie pozdní selekce – k výběru podnětů dochází teprve na úrovni vnímání, a to po provedení rychlé identifikace významu podnětů, na níž se podílí i paměť.

Anne Treisman – nová verze teorie filtru, časná selekce vede pouze k zeslabení bezvýznamných podnětů.



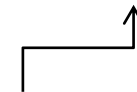
Test selektivity pozornosti

Selective Attention Test - Simon, Chabris (1999)

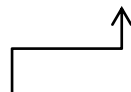
<https://www.youtube.com/watch?v=vJG698U2Mvo>



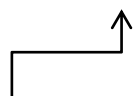
Vědomí



Hluboké
zpracování



Základní
zpracování



2. LÉKAŘSKÁ FAKULTA
UNIVERZITA KARLOVA

- Realizace nových aktivit vyžaduje záměrné (volní úsilí).
- Přeučené aktivity provádíme automaticky.
- Automatizované aktivity jsou rychlé a efektivní, ale nejsou příliš pružné a přizpůsobivé.
- Procesy řízené vědomím probíhají pomaleji, ale jsou pružné a otevřené ke změně.



Stroopův test (1935)

PURPLE YELLOW RED
BLACK RED GREEN
RED YELLOW ORANGE
BLUE PURPLE BLACK
RED GREEN ORANGE

- Instrukce: Pokuste se přečíst názvy barev a vyjmenovat barevné odstíny, kterými jsou vytištěny.
- Rušivě působí bezděčná tendence číst – zautomatizovaná dovednost.



Poruchy pozornosti

- Roztržitost – nadměrná koncentrace pozornosti.
- Nadměrná fluktuace neboli těkavost (hyperkinetická porucha).
- Zúžení pozornosti neboli tunelové vidění.
- Aktivace nevhodného schématu (scénáře) určité činnosti.





2. LÉKAŘSKÁ FAKULTA
UNIVERZITA KARLOVA

Děkuji za pozornost