**Внимание и цивилизация**

**Блага цивилизации**

Естественно, что когда человек только появился, его условия существования были совершенно другими. Практически к теперешнему совершеннолетию человек уже успевал выполнить все свои биологические и социальные функции. Он становился добытчиком, воином и отцом.

В современном же мире человек в этом возрасте еще находится в положении потребителя, его жизнь только начинается. Ему еще предстоит выбор своего жизненного пути и как важно не растеряться в том невероятном количестве информации и внимательно определить свой путь. В наших условиях ребенка следует с раннего детства ограждать от чрезмерной и не нужной для него информации, т.к. сильнее всего страдают от информационного потока дети.

Казалось бы, такое благо цивилизации, как компьютер, должен очень помогать детям в их развитии, однако, чрезмерное увлечение им приводит, не только к рассеянности, но и даже к срывам психики. Мало того сейчас уже установлено, что чем больше ребенок сидит за компьютером, тем сильнее ухудшается его зрение, происходит привыкание, сродни наркотическому.

Очень плохо, что современный ребенок начинает довольно рано смотреть телевизор. Это пассивное слежение за происходящим на экране, не дает им возможности активно вовлекаться в события.

Даже, когда ребенок пассивно слушает читаемую ему книгу, он вовлекается в действие, задавая вопросы, повторяя некоторые, понравившиеся слова, предложения, жестикулируя и, иногда, разыгрывая сценки из прочитанного. Таким образом, происходит его соучастие, а мать, или тот, кто ему читает, отслеживает, насколько прочитанное понятно, интересно.

У детей — телезрителей не развивается речь, мышление. Ведь ребенок воспринимает речь во взаимодействии с взрослым и в игре.

Первое привлечение внимания ребенка — это слова матери: "Агу", "Ку-ку", игра "Ладушки", прятки и т.п.

Дальше для более старшего возраста существуют другие игры, например, "Море волнуется". Эта игра требует большой концентрации внимания, необходимости "застыть" в нужный момент, в соответствии с правилами игры. И таких игр великое множество. Следование правилам, определенной заданной программе в них очень важно. Так происходит тренировка произвольного внимания.

Кроме того, сейчас вокруг обилие всевозможной информации, ребенок теряется в ней, т.к. эта информация может быть совершенно ему недоступна. Он плывет в ней как в море, по воле волн и лишь волей судьбы, может быть, вынесет его на берег.

**Само-программирование**

Исходный пункт само-программирования — сформированная цель действия. Нередко формирование четкой и устойчивой цели оказывается достаточным условием эффективного программирования деятельности человека на всю жизнь, когда интересам достижения этой цели подчиняются все другие стороны его жизни. Тогда этому человеку не так важен весь информационный поток вокруг него, он его не замечает, поток как бы "обтекает" его подобно реке, а человек прочно стоит на ногах и идет к своей намеченной цели.

Иногда такое программирование осуществляется в раннем детстве, под влиянием какого-то впечатляющего события или образа, оставляющего неизгладимый след в памяти ребенка. Время, от времени активизируясь, этот след все больше завладевает его вниманием, поддерживая интерес к предмету воспоминаний, а со временем побуждает активно действовать в соответствующем направлении.

**Развитие внимания с помощью тестирования и тренировки**

Тестирование внимания при помощи пакета "Внимание" является своеобразным тренажером, применяемое с целью формирования навыков и развития внимания, потерявшегося в информационной бездне современной жизни или не имевшегося вовсе.

Основное правило использования любого тренажера заключается в том, что он должен позволять повторные систематические упражнения при постоянном контроле или самоконтроле, уточняя и совершенствуя качества действий.

Второе правило, не всегда следует упражняться с целостным комплексом тестов. Выбираются отдельные упражнения, необходимые для конкретной личности, либо какой-то определенной цели.

В результате можно сделать вывод, что у человека есть возможность не утонуть в информационном потоке, но для этого необходимо уметь сосредотачиваться, тренировать свое внимание. И если человек не может сам помочь себе — это должны взять на себя психологи всех уровней: школьные, институтские, заводские, частных фирм. Психологам в свою очередь помогут новые специально разработанные тесты.

Какой можно сделать из всего этого вывод? Очевидно, в современном мире так много раздражителей внимания и нам уже столь сложно его сосредотачивать, что мы работаем по принципу новейших операционных систем Эппл, Майкрософт, но пожалуй наши программы иной раз бывают посложней, в соответствии со сложностью программы ДНК.

А поиск необходимой информации в нашем мозгу, может быть, иногда более трудный, чем в поисковых системах Интернета (Yandex, Google, Alta Vista и других). Причем трудности поиска также зависят от правильности задания.