

Министерство социальной политики Свердловской области

ГБУ СО «Областной центр реабилитации инвалидов»

Отделение социально-психологической реабилитации

Нейропсихологические методики развития и коррекции внимания

Методическое пособие

Екатеринбург

2012

Согласовано:

Методическим Советом по социальной
реабилитации в государственных
учреждениях социального
обслуживания населения
Свердловской области
протокол № 4
от « 27 » ноября 2012 г.

Утверждено:

И.о. директора ГБУ СО «Областной
центр реабилитации инвалидов»

_____ Т.В.Пономарева
« ____ » _____ 2012 г.

Согласовано:

Научно – методическим советом
ГБУ СО «Областной центр
реабилитации инвалидов»
протокол № 7
от « 20 » ноября 2012 г.

Содержание

1. Введение	4
2. Теоретические основы развития и коррекции внимания	5
2.1. Список терминов	5-6
2.2. Нарушения внимания	6-8
3. Нейропсихологические методики развития и коррекции внимания	9-21
4. Заключение	22
5. Список литературы	23

1. Введение.

Проблема ухудшения когнитивных функций - это прежде всего проблема стареющего населения. У пожилых людей возрастает время реакции, замедляется обработка перцептивной информации и снижается скорость когнитивных процессов, отмечаются нарушения внимания, памяти, мышления.

Снижение познавательной деятельности у людей, достигших поздней взрослости, может быть обусловлено разными причинами, прямыми или косвенными. К числу прямых причин относятся: заболевания мозга, например болезнь Альцгеймера и сосудистые поражения мозга. Косвенными причинами снижения познавательных способностей человека являются: общее ухудшения здоровья, низкий уровень образования, отсутствие мотивации к познавательной деятельности.

Симптомы нарушения внимания практически всегда сопровождают течение заболеваний, которые ухудшают работу головного мозга (инсульты, черепно-мозговые травмы), поскольку большая часть коры головного мозга связана именно с обеспечением познавательных функций.

Снижение внимания, памяти часто являются причиной обращения к психологу, так как ухудшают качество жизни клиентов, вызывает беспокойство их близких и родственников. В связи с этим актуальным является ранняя диагностика, профилактика или коррекция нарушений внимания.

Цель данного пособия: ознакомить специалистов с методиками развития и коррекции при нарушениях внимания.

Целевая группа клиентов: инвалиды, имеющие локальные поражения головного мозга вследствие черепно-мозговых травм, инсультов, граждане пожилого возраста, предъявляющие жалобы на нарушения внимания.

Данные категории клиентов могут иметь нарушения в рамках функционального класса по ориентации (ФК по ориентации с 1-2), а также нарушения общения (ФК по общению 1-2).

Пособие предназначено для психологов, психологов-консультантов, педагогов-психологов, медицинских психологов, дефектологов, логопедов.

Пособие может использоваться в комплексных центрах социального обслуживания населения, в реабилитационных центрах.

Методические рекомендации являются результатом обобщенного опыта работы психологов: Семенович А.В. - кандидата психологических наук, доцента, нейропсихолога, Машталь О.Ю. – психолога, сотрудников отделения социально-психологической реабилитации ГБУ СО «Областной центр реабилитации инвалидов».

2. Теоретические основы развития и коррекции внимания.

В данном разделе рассмотрены теоретические основы работы психолога с клиентом, который имеет нарушения внимания, так как при проведении диагностической и коррекционной работы специалист должен быть вооружен определёнными теоретическими знаниями, помогающими ему выявить специфику нарушения внимания у клиента, определить пути его восстановления, компенсации.

2.1. Список терминов.

Апрозексия - выключение как произвольного, так и непроизвольного внимания, полное отсутствие интереса к происходящему и невозможность пробудить этот интерес с помощью внешнего поощрения. [6]

Аспонтанность - невозможность самостоятельного включения человека в выполнение какой-либо деятельности - речевой, двигательной и т.д. [2]

Внимание - это избирательная направленность сознания человека на определенные предметы и явления. [7]

Гиперметаморфоз внимания - повышенная отвлекаемость. Чрезмерная подвижность внимания, постоянный переход от одного вида деятельности к другому. [9]

Двигательное внимание - обеспечивает осознание и регуляцию движений. [3]

Избирательность внимания – это его сосредоточение на наиболее важных предметах. [7]

Инактивность – увеличение общего времени протекания деятельности, увеличение латентных периодов реакции на стимулы, общая замедленность двигательных актов. [2]

Инертность – трудность переключения с одного вида деятельности на другой. [2]

Интенсивность внимания – затрата нервной энергии на выполнение определенного вида деятельности, в связи с чем участвующие в этой деятельности психические процессы протекают с большей ясностью, четкостью и быстротой. [7]

Интеллектуальное внимание – связано с решением интеллектуальных задач, воспоминаниями и мыслями. [6]

Истощаемость внимания - прогрессирующее ослабление интенсивности внимания в процессе работы. Выявляется по резкому снижению качества и темпа выполнения задания. [9]

Концентрация внимания – это способность человека сосредотачиваться на главном в его деятельности, отвлекаясь от всего того, что находится в данный момент за пределами решаемой задачи. [7]

Мнимая рассеянность - это невнимание человека к непосредственно окружающим предметам и явлениям, вызванная крайней сосредоточенностью его внимания на каком-либо предмете. [6]

Непроизвольное (непреднамеренное) внимание – это внимание,

вызываемое внешними причинами – теми или иными особенностями объектов, воздействующих на человека в данный момент. [7]

Объем внимания – количество объектов или их элементов, которые могут быть восприняты одновременно с одинаковой степенью ясности и отчетливости. [7]

Отвлекаемость (отвлечение) внимания - это непроизвольное перемещение внимания с одного объекта на другой.

Парапрозексия - своеобразное нарушение внимания, характеризующееся тем, что напряженное ожидание блокирует способность вовремя заметить появление соответствующего объекта. [6]

Переключение - это сознательный перенос внимания с одного объекта на другой. [7]

Персеверация - устойчивое повторение какой-либо фразы, деятельности, эмоции, ощущения (в зависимости от этого выделяют персеверации мышления, моторные, эмоциональные, сенсорные персеверации). Например, упорное повторение какого-либо слова в устной или письменной речи. [6]

Произвольное (преднамеренное) внимание – это внимание, которое возникает в результате сознательных усилий человека, направленных на выполнение определенной деятельности. [7]

Распределение внимания – это возможность человека иметь в сознании одновременно несколько разнородных объектов или же выполнять сложную деятельность, состоящую из множества одновременных операций. [7]

Рассеянность - неспособность человека сосредоточиться на чем - либо определенном в течении длительного времени. [6]

Сенсорное внимание - связано с восприятием раздражителей разной модальности (вида). В связи с этим выделяют зрительное и слуховое сенсорное внимание. [6]

Сосредоточенное внимание – это внимание, направленное на какой-либо объект или вид деятельности. [7]

Сужение объема внимания - патологическое сосредоточение, обусловленное слабостью его распределения. [9]

Устойчивость внимания – длительность задержки внимания на объекте. [7]

Эмоциональное внимание - делает переживание по поводу чего-либо направленным и осознанным. Оно вызывается стимулами, имеющими личностную мотивацию. [3]

2.2. Нарушения внимания.

Исследованием проблемы внимания занимались выдающиеся ученые: нейрофизиолог Н.А. Бернштейн, психологи Л.С. Выготский, А.Р. Лурия, С.Л. Рубинштейн, О.С. Вудвордс, П.Я. Гальперин, Е.Д. Хомская, психиатр Б.Д. Карвасарский и др. Благодаря их трудам сложилось следующее определение внимания

Внимание - это способность выделять предметы, объекты или явления действительности, наиболее актуальные в данной конкретной ситуации. Внимание представлено в качестве составной части в любом психическом процессе - и эмоционально-волевым, и познавательном (мыслительном). Без внимания невозможно полноценное осуществление ни одной психической функции. [3]

Физиологической основой внимания является наличие доминанты в коре больших полушарий головного мозга – то есть участка с повышенной нервной возбудимостью, доминирующего над остальными частями коры. В результате этого осуществляется сосредоточение сознания человека на определенных предметах и явлениях. [7]

Может существовать несколько форм внимания, соответствующих тем процессам, которые реализуются в данной деятельности: сенсорное, двигательное, эмоциональное, интеллектуальное. [2]

Внимание также бывает произвольным (активным, волевым) и непроизвольным (пассивным, эмоциональным).

Основными свойствами внимания являются: концентрация, предметность, устойчивость, распределение, объем, интенсивность, переключаемость. [7]

Нарушения внимания, как и другие высшие психические функции могут быть обусловлены поражением обеспечивающих его структур мозга.

Основные типы нарушений внимания:

1. непроизвольное угасание ориентировочного рефлекса;
2. неугасание ориентировочного рефлекса на регулярно предъявляемый стимул;
3. нарушение избирательности («выхватывание» из окружающей обстановки не значимых в данной ситуации объектов и явлений, а любых, случайно попадающих в поле восприятия), возникает расторможение ориентировочных реакций («полевое поведение»), когда внимание краткосрочно останавливается на случайном объекте, попавшем в поле восприятия, и тут же переходит на другой, находящийся поблизости; [3]
4. рассеянность внимания, состоящая в снижении способности на протяжении долгого времени удерживать внимание на определенных вещах, мыслях. Человек, страдающий рассеянностью внимания, не контролирует смену направленности внимания и не может в течение длительного периода времени удерживать его на отдельном виде деятельности;
5. сужение объема внимания - человек, имеющий ограниченный объем внимания, способен удерживать в сознании лишь самые значимые для него впечатления;
6. гиперметаморфоз внимания - повышенная отвлекаемость. Чрезмерная подвижность внимания, постоянный переход от одного вида деятельности к другому. При выполнении корректурной пробы и других заданий клиент пропускает отдельные строки в таблице, зачеркивают другие символы, забывают инструкцию; [9,10]
7. аспонтанность выражается в невозможности самостоятельного

включения человека в выполнение какой-либо деятельности. В остром периоде люди с подобными нарушениями не пытаются вступить в контакт, не ищут способа сообщить или попросить что-либо. В ответ на инструкцию воспроизвести какое-либо движение или позу остаются бездеятельными. Аспонтанность может проявиться также в преждевременном выключении из задания. Как правило, этот симптом выступает полимодально. На более поздних, резидуальных этапах заболевания нарушения спонтанности психических процессов могут проявиться менее грубо и избирательно, т.е. в какой-либо одной модальности (например, речевая аспонтанность, двигательная аспонтанность, аспонтанность взора и т.д.);

8. инактивность проявляется в увеличении общего времени протекания деятельности в рамках той или иной функции, увеличение латентных периодов реакции на стимулы, в общей замедленности двигательных актов. Так же, как и аспонтанность, симптомы инактивности могут проявиться генерализованно, т.е. относиться ко всем видам деятельности больного, или «локально», в какой-то одной модальности (речевой, двигательной, зрительной и др.). Люди со снижением общей активности не ищут общения, их коммуникативные возможности ограничены, нередко они стараются уклониться от трудовой деятельности и этому выглядят в глазах родственников «ленивыми» и безответственными. Однако инактивность - это не бытовая лень, а проявление патологии, требующей специального терапевтического вмешательства;

9. инертность состоит в трудностях переключения с одного вида деятельности на другой. Она появляется при необходимости последовательного выстраивания операций, входящих в ту или иную деятельность. Чаще всего инертность проявляется в наличии персевераций, которые могут иметь как генерализованный, полимодальный, так и модально-специфический характер. При грубой степени выраженности инертности персеверации принимают столь масштабный характер, что полностью «закрывают» возможность переключения с одного действия на другое, делают невозможным осуществление нормальной деятельности. [3]

В подавляющем большинстве случаев у клиентов, перенесших мозговую инсульт или получивших черепно-мозговую травму, присутствует в той или иной степени выраженности аспонтанность, инактивность и инертность психических процессов. Нередко перечисленные симптомы сочетается и переплетаются с противоположно направленными тенденциями нейродинамического характера - гиперактивностью импульсивностью, отвлекаемостью. Таким образом, у одного и того же клиента могут иметь место и аспонтанность, и вязкость, и инертность, и импульсивность.

Клиенты пожилого возраста вследствие изменения работы головного мозга часто предъявляют жалобы на снижение объема внимания, повышенную отвлекаемость, снижение устойчивости и концентрации внимания. [3]

3. Нейропсихологические методики развития и коррекции внимания.

Цель данного пособия: ознакомить специалистов с методиками развития и коррекции внимания.

Целевая группа клиентов: инвалиды, имеющие локальные поражения головного мозга вследствие черепно-мозговых травм, инсультов, граждане пожилого возраста, предъявляющие жалобы на снижение внимания.

Форма организации работы: индивидуальная.

Помещение специалиста, где проходит работа с клиентом должно удовлетворять особым требованиям, которые предъявляет специфика психологической работы. Оно должно быть светлым, небольшим по площади, (но не менее 7 кв. м.), изолированным от постороннего шума.

Оборудование и материалы: применение некоторых коррекционных методик требует наличия определенных стимульных материалов – карточки с картинками, тексты, с которыми работает клиент и т.д.

Продолжительность коррекционного занятия: 30 минут. Продолжительность занятия может быть меньше, в случае, если клиент быстро утомляется или составлять 40 – 45 минут, если клиент сохраняет хорошую работоспособность в течение этого периода времени.

Количество занятий от 10 до 15, за данный период времени можно достигнуть положительной динамики состояния внимания у клиента и обучить его некоторым приемам и упражнениям, которые он сможет использовать в дальнейшем самостоятельно.

Содержание одного коррекционного занятия формируется психологом для каждого клиента индивидуально, на основании предварительной диагностики. В ходе занятия используются упражнения на восстановление тех форм и свойств внимания, которые пострадали у данного клиента. В содержание занятия можно включать также упражнения на развитие памяти и мышления, так как эти функции тесно связаны с процессами внимания, при этом смена деятельности позволит избежать быстрого утомления у клиента, повысит мотивацию к посещению коррекционных занятий.

В данном пособии представлено **25 упражнений**, способствующих развитию, восстановлению и компенсации нарушений внимания.

1 упражнение «Хамелеон».

Цель: развитие концентрации и переключения внимания.

Психолог напоминает клиенту, что хамелеон - ящерица, умеющая менять свою окраску в зависимости от того места, на котором она находится. Таким образом она маскируется, чтобы избежать нападения.

Затем психолог задает вопросы какого цвета станет хамелеон, если он будет сидеть на соломе, на крокодиле, на кирпиче, на асфальте, шахматной доске и т.д.

2 упражнение «Что изменилось».

Цель: развитие зрительного внимания.

На столе в определенном порядке стоят предметы. Клиент закрывает глаза. Психолог меняет предметы местами. Клиент должен определить, что

изменилось.

3 упражнение «Назови пару».

Цель: развитие переключения и устойчивости внимания.

Клиенту предлагается поочередно назвать два неодушевленных и два одушевленных слова. Например: «воздух» - «вода»; «цыпленок» - «утенок».

Варианты игры:

- назвать одно слово неодушевленное, два одушевленных;
- назвать одно слово - предмет мебели, два - животные, три - растения;
- назвать два числа и три геометрические фигуры.

4 упражнение «Не собьюсь».

Цель: развитие концентрации, переключения внимания

Психолог предлагает следующее задание: считать вслух от 1 до 31, но клиент не должен называть числа, включающие тройку или кратные трем. Вместо этих чисел он должен говорить: «Не собьюсь». К примеру: «Один, два, не собьюсь, четыре, пять, не собьюсь...»

Образец правильного счета: 1, 2, -, 4, 5, -, 7, 8, -, 10, 11, -, -, 14, -, 16, 17, -, 19, 20, -, 22, -, -, 25, 26, -, 28, 29, -, - черта замещает числа, которые нельзя произносить).

5 упражнение «Исправь ошибки».

Цель: развитие устойчивости внимания.

Клиенту необходимо найти и исправить ошибки, допущенные в тексте.

1 вариант на основе материалов по русскому языку.

1. Щенок задорно салаял на бабоку.
2. Мама купила дочери воздушный шары.
3. Мы замороженно смотрели на водопад.
4. В лесу живет хитрая леса.
5. Медвець лакомится малиной.
6. Зимой в саду зацвели яблони.
7. Дети поют хором песня.
8. Самолет летит под океаном.
9. В классе стоял ум.
10. В парке икрает духовой оркестр.

2 вариант на основе математических материалов.

1. $8+7=16$
2. $17-10=27$
3. $5*2=15$
4. $14-7=8$
5. $29:4=7$
6. $(15+5)*2=25$
7. $45+25=20$
8. $63:9=8$
9. $23-11=14$
10. $50:10+15=2$

6 упражнение «Анаграмма».

Цель: развитие интеллектуального внимания, избирательности и устойчивости.

Анаграмма-это слово с переставленными буквами или слогами, которые при правильном положении образуют другое слово.

1 вариант. Клиенту дается задание расшифровать слова и вычеркнуть лишнее, не подходящее по смыслу к другим. Назвать общее, что есть между оставшимися словами.

Стимульный материал.

Аятк - еанл - яавс - ари (Катя- Лена-Вася-Ира)

Бле- ёкнл-убд-санои (ель-клен-дуб-осина)

Ийинс-ыакйнрс-емтынй-йелжты (синий-красный-темный-желтый)

Ооовддр-йлеги-ьедм-зтоа (водород-гелий-медь-азот)

Сссбкртиена-еиаамдн-тетак-ьюатсв (биссектриса-медиана-катет-высота)

2 вариант. Клиенту дается задание расшифровать слова и объяснить в чем сходство и различие между ними.

Стимульный материал.

Ольс –отк (лось-кот)

Тлос-лсут (стол-стул)

Аысч-евыс (часы-весы)

Емтр-мгарм (метр-грамм)

Оаемипртр – зрипдтеен (император-президент)

7 упражнение «Найди два одинаковых предмета».

Цель: развитие переключения, устойчивости внимания.

Клиенту показывают изображения различных предметов. Его задача- найти среди них несколько одинаковых (рис.1).

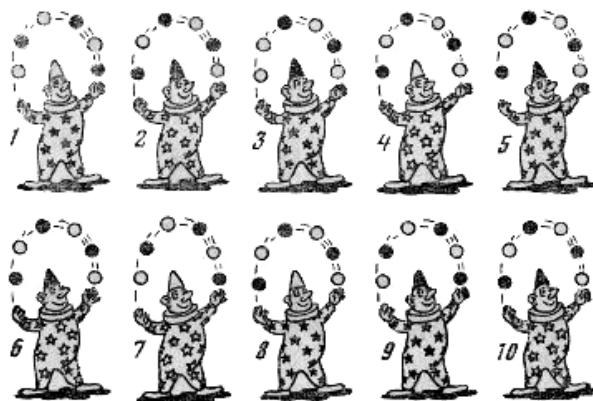


Рис.1

8 упражнение «Корректор».

Цель: развитие концентрации и переключения внимания.

1 вариант. Клиенту предлагается заполнить пустые фигуры знаками в соответствии с предложенным образцом (рис.2)

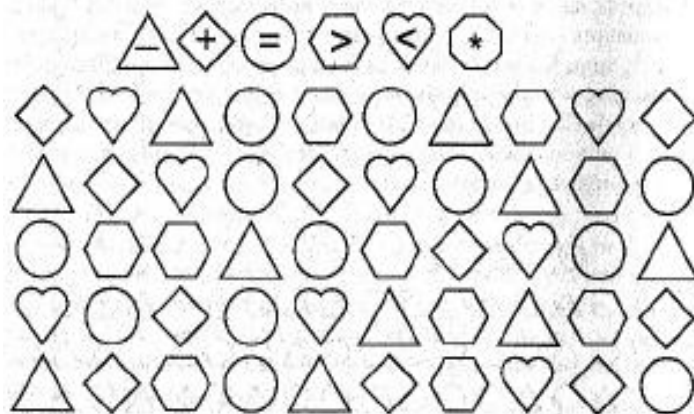


Рис.2

2 вариант. Клиенту предлагается найти и обвести все слоги «ЖИ». Сtimульный материал.

ОРИВЫОРЖИИМОВЖИРПАГНЫЕВЖИШЫВИЬЫ
 ЖИВТЫВШЖИПХУАШГЕРЫОПТЛОРАЩШГНШ
 ЦРАЖИПЛВАСТЬМИВДЛАЖИОКЛОЖИВГАДШ
 АРПДВЖИЛРМТЬЖИТИСОРВРАЩШНЕЩЦЩХОВ
 ЖИЬЬТИОРАЩШЖИНЕШУЦШАЛАТЛМИВАОРЖ
 ИПЩШГАДЛЖИЕРДЛЯИПРАЙВНЦРОЦУЗЫЛОЕ
 ПЛЖИОИСВЖИЖЫВАДЖИПЪХЗЖДЫОЛРОЖЖ
 ИДОДЖИЛПЖИОЫЖЫДРЩШГШГУНЦГУУОЬЯИ
 ЪЬЯСИТЧЖИТИЖИЛООВЗСЖИЫЛРАТОЫУГПШ
 ГВГШУЗЩКЖИАЕГНЦЖИЩШЩЫАОДЛЖИИЖ
 ИТМЬБМИБЧЮЯЬКШШЛКУЦЫЖИВИИВАЛЖИТ
 ИСОРВРАЩШНЕЩЦЩХОВЖИЬЬТИОРАЩШЖИН
 ЕШУЦШАЛАТЛМИВАОРЖИПЩШГАДЛЖИЕРДЛ
 ЯИПРАЙВНЦРОЦУЗЫЛОЕПЛЖИОИСВЖИЖЫВА
 ДЖИПЪХЗЖДЫОЛРОЖЖИДОДЖИЛПЖИОЫЖЫ
 ДРЩШГШГУНЦГУУОЬЯИЬЬЯСИТЧЖИТИЖИЛО
 ОВЗСЖИЫЛРАТОЫУГПШГВГШУЗЩКЖИАЕГНЦ
 ЖИЩШЩЫАОДЛЖИИЖИТМЬБМИБЧЮЯЬКШ
 ШЛКУЦЫЖИВИИВЖИОАВЛОРВАИСПУЧЬЖДЫ
 ВАЖИДЛОВАШГКУЖИПГНЕУПИЖИТЛОИСВЖИ
 ВАДПЪЖИХЗЖДЫОЛРОЖЖИОДЛПОЫЖШГУН
 ЦГЖИОЬЯИЬЬЯЛООВЗСЫЛРАТОЖИИЫУГКАЖИ
 ЕГНЩЧЮЖИ

3 вариант. Клиенту предлагается зачеркнуть все числа больше 5, но меньше 9.

Сtimульный материал.

652313546421654874879865120032187852
 165752001841532231645019754731031597
 120212165143127987686934216519412057
 597534217889746210187945631027140109
 865236021597852132084871975626574674
 239054985476412342315734795489357569
 841236547892102248950032655455126492
 452154258751687511299654135498745516
 798326789512651032465412156312415345
 610321456871135486541252498796312563
 456607369381468269341474585636155471

9 упражнение «Филворд».

Цель: развитие концентрации, переключения внимания.

Филворд – это одна из разновидностей кроссворда. При решении филворда необходимо искать слова, которые даны перед сеткой филворда. Слова, «спрятанные» в таблице, могут менять свое направление под углом 90 градусов в любую сторон, любое количество раз. Помимо традиционного письма сверху вниз и слева направо, они могут быть написаны снизу вверх и справа налево. Слова нужно найти и вычеркнуть.

Филворд «Название птиц».

Названия птиц				
АЛЬБАТРОС	ДЯТЕЛ	КОРШУН	РЯБЧИК	ТУКАН
БАКЛАН	ЖАВОРОНОК	КУКУШКА	СВИРИТЕЛЬ	УТКА
ВОРОБЕЙ	ЖУРАВЛЬ	КУЛИК	СИННИЦА	ЦАПЛЯ
ГАЛКА	ЗЯБЛИК	КУРОПАТКА	СКВОРЕЦ	ЧАЙКА
ГЛУХАРЬ	ИВОЛГА	ЛАСТОЧКА	СКОПА	ЧИБИС
ГОЛУБЬ	ИНДЮК	ЛЕБЕДЬ	СНЕГИРЬ	ЩЕГОЛ
ГРАЧ	КАЗАРКА	МАЛИНОВКА	СОЙКА	ЯСТРЕБ
ГРИФ	КАКАДУ	ОРЁЛ	СОЛОВЕЙ	
ГУСЬ	КЕДРОВКА	ПАВЛИН	СОРОКА	
ДРОЗД	КЛЁСТ	ПУНОЧКА	СТРИЖ	
ДРОФА	КОЛИБРИ	ПУСТЕЛЬГА	ТРЯСОГУЗКА	

Г	Р	И	Ф	К	А	И	Б	О	Р	Д	К	Л	Е	Б	Е	Д	Г
У	Ш	К	А	В	Ч	Н	А	Н	О	Я	У	С	О	Я	К	Ь	У
К	Л	И	Н	О	И	Д	К	О	В	Т	Л	Ж	У	Т	А	Ц	С
У	А	Й	А	Ч	Б	Ю	Л	К	А	Е	И	А	Я	Л	П	А	Ь
К	М	К	А	С	И	К	А	К	Ж	Л	К	Н	Я	С	Т	О	С
И	В	О	Л	Г	А	Р	Н	Ж	У	Р	А	В	Л	Ь	Р	Л	К
Ы	К	И	Л	Б	Я	З	Д	Ь	Б	У	Л	О	Г	Л	Е	О	А
В	О	Р	О	Б	Е	Й	Р	К	О	Л	И	Б	Р	И	Б	В	К
Е	С	Т	Ж	У	Р	О	О	Ф	А	О	Р	Е	Л	Л	О	Е	А
Л	С	Л	А	С	Т	П	А	Т	К	А	А	Ж	Т	У	Г	Й	Д
К	О	П	П	У	О	Ч	Д	С	И	И	Ц	А	Щ	Е	А	У	
А	Р	А	П	Н	О	К	Р	К	О	В	А	Т	Р	Я	С	К	З
К	Т	В	У	А	Ч	А	О	С	Ь	С	Т	Р	И	Ж	О	Г	У
Р	А	Л	С	Г	К	А	З	Д	С	Н	Е	Г	И	Р	Ь	Я	А

10 упражнение «Шифровальщик».

Цель: развитие устойчивости внимания, способности к переключению внимания.

В данном задании необходимо расшифровать или зашифровать некий текст. Клиенту дается ключ, по которому он выполняет прямое или обратное шифрование, то есть послание нужно привести в обычный вид и прочитать, либо наоборот сделать так, чтобы оно стало недоступно для чтения без применения специального кода.

В примерах стимульного материала приведены загадки.

Стимульный материал.

1. 15,6; 12,21,19,20; 35; 1; 19; 13,10,19,20,16,12,1,14,10; 35;
15,6; 18,21,2,1,26,12,1; 35; 1; 19,26,10,20,1;
15,6; 25,6,13,16,3,6,12; 35; 1; 18,1,19,19,1,9,29,3,1,6,20; 34.

Расшифровка.

Не куст, а с листочками,

Не рубашка, а сшита,

Не человек, а рассказывает. (Книга)

2. 25,20,16; 9,1; 9,3,7,9,5,16,25,12,10; 19,12,3,16,9,15,29,6;
15,1; 17,1,13,30,20,16; 10; 15,1; 17,13, 1,20,12,6; 35;
3,19,6; 19,12,3,16,9,15,29,6; 35; 3,29,18,6,9,15,29,6; 35;
1; 3,16,9,30,14,7,26,30; - 3,16,5,1; 3; 18,21,12,6; 34.

Расшифровка.

Что за звездочки сквозные

На пальто и на платке,

Все сквозные, вырезные,

А возьмешь – вода в руке. (Снежинка)

Ключ к шифровке (Таблица 1).

Таблица 1

Буквенно-цифровой ключ к заданию «Шифровальщик»

1	2	3	4	5	6	7	8	9
А	Б	В	Г	Д	Е	Ё	Ж	З
10	11	12	13	14	15	16	17	18
И	Й	К	Л	М	Н	О	П	Р
19	20	21	22	23	24	25	26	27
С	Т	У	Ф	Х	Ц	Ч	Ш	Щ
28	29	30	31	32	33	34	35	36
Ъ	Ы	Ь	Э	Ю	Я	.	,	?

11 упражнение «Вставь пропущенную букву».

Цель: развитие устойчивости, переключаемости внимания.

Стимульный материал.

Карточка 1.

ав...обус, а...лея, ап...ека, бе...еза, бо...ото, бы...тро, ...есело, рабо...а,
вете..., воро...ей, воск...есенье, вос...ок, ...ерой, го...од, ...евочка, ого...од,

дежу...ный, дерев...я, ...орога, за...од, ...аяц, завт...а, ка...андаш, к...асс,
конь...и, ко...пот, ...орова, маши...а, мед...едь, мо...око, ...ороз, пена...,
паль...о, ...есок, п...аток, пло...ец, по...идор, ужи..., уче...ик, фа...илия.
Карточка 2.

деревн..., нар...д, ск...ро, ...блоко, мор...з, сег...дня, д...вочка, с...ахар,
яз...к, с...ахар, яго...а, сапо..., хокк...й, ге...ой, ма...ина, хо...ошо,
ло...ата, пен...л, тов...рищ, апт...ка, трамв...ай, бер...за, з...втра,
фам...лия, помид...р, б...стро, кл...сс, пло...ец, коньк..., ...юнь,
ба...ерина, г...оздика, ав...обус, ...елка, моль...ерт, ве...на, доро...а.

12 упражнение «Лабиринт».

Цель: развитие устойчивости, избирательности внимания.

Необходимо определить путь от верхней стрелки до нижней (рис.3).



Рис.3

13 упражнение «Соедини точки».

Цель: развитие концентрации внимания.

Клиенту предлагается последовательно соединить пронумерованные точки для получения определенного контура. Психолог самостоятельно подбирает изображения (рис.4).



Рис.4

14 упражнение «Найди отличия».

Цель: развитие концентрации, объема внимания.

Клиенту предлагается найти отличия на двух картинах (рис.5).

Психолог самостоятельно подбирает изображения в зависимости от необходимой сложности данного задания.



Рис.5

15 упражнение «Диктанты».

Цель: развитие устойчивости, избирательности, объема внимания.

1 вариант упражнения – диктанты, в которых ответы записывают цифрами.

1) Клиенту необходимо записать числами количество слов в предложении.

Дети играют в мяч. Ответ клиента: 4.

Мама моет окно. Ответ клиента: 3.

Зимой идет снег, а летом – дождь. Ответ клиента: 6.

2) Клиенту необходимо записать числами каждое продиктованное слово по количеству букв в нем.

Ира пела песню. Ответ клиента: 3,4,5

Маша играет. Ответ клиента: 4,6.

Вова пишет в тетради. Ответ клиента: 4,5,1,7.

Рита гладит кошку. Ответ клиента: 4,6,5.

Кошка ловит мышку. Ответ клиента: 5,5,5

3) Клиенту необходимо записать местонахождение той или иной буквы в словах. Например: записать какая по счету в словах буква К.

Карта, кот, каша, шкаф, поклон, девочка, куча, сок, почка, мальчик, крыса, качан, кит, лук, рок.

Ответы клиента: 1,1,1,2,3,6,1,3,4,7,1,1,1,3,3.

2 вариант упражнения – диктанты, в которых ответы записываются буквами или словами.

1) Клиенту предлагается выписать слова, относящиеся к определенной части речи. В данном случае необходимо выписать только имена прилагательные.

Кровать, красный, красивый, готовить, провал, зеленый, овальный, большой, быстро, спать, река, бурный, поток, гусяр, стакан, горячий, вкусный, хорошо, теплоход, певучий, блеск.

2) Клиенту предлагается записать только первые буквы слов, которые составят предложение.

Снег, обруч, бокал, арбуз, капуста, абрикос, гусь, рябина, омут, моль, кот, огурец, лен, ананас, енот, тачка.

Ответ клиента: собака громко лает.

3) Клиенту предлагается записать приставки слов.

Изгиб, побег, улов, скол, объявление, безводный, взлет, зазнайка, прибыл, направились, добрались, подъезд, подъем, безаварийный, сузить, объяснение.

Ответ клиента: из-, по-, у-, с-, об-, без-, вз-, за-, при-, на, до-, под-, без, с-, об-.

16 упражнение «Верю-не верю».

Цель: развитие устойчивости и объема внимания.

Психолог предлагает внимательно слушать предложения, которые будет читать в быстром темпе. Клиенту необходимо сказать ложно или верно данное утверждение. Подбор утверждений может быть тематическим или произвольным.

Стимульный материал. Список утверждений по теме «Литература».

1. Наташа Ростова – это героиня романа «Война и мир». (+)

2. Достоевский жил в 19 веке. (+)

3. Салтыков-Щедрин никогда не писал сказки. (-)

4. Шолохов создавал свои произведения в 19 веке. (-)

5. Ломоносов учился у Лермонтова. (-)

6. Пушкин писал стихи и прозу. (+)

7. «Мастер и Маргарита» - это роман о садовнике. (-)

8. «Мертвые души» - это поэма о вампирах. (-)

9. Островский написал много пьес. (+)

10. «Повести Белкина» написал Белкин. (-)

11. Достоевский писал сказки. (-)

12. «Евгений Онегин» написал Пушкин. (+)

13. Ломоносов был поэтом. (+)

14. Бианки писал рассказы о комьютерах. (-)

15. Анна Ахматова – французская поэтеса. (-)

16. Среди авторов повестей и рассказов нет женщин. (-)

17. Блок – один из поэтов «серебрянного века». (+)

17 упражнение «Недостающие детали».

Цель: развитие концентрации внимания.

Клиенту предлагают картинки, где не прорисованы некоторые элементы. Задача клиента – указать, что именно не нарисовал художник (рис.б).

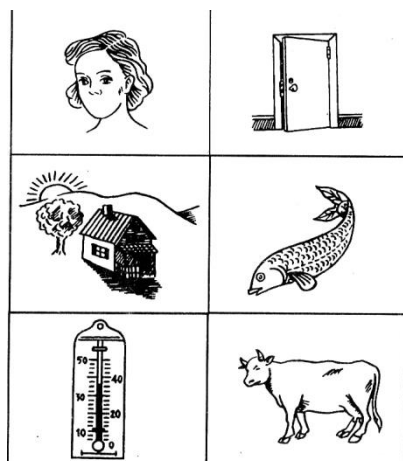


Рис.6

18 упражнение «Сколько всего?».

Цель: развитие концентрации, переключения внимания.

Клиенту предлагают таблицу с определенными символами, буквами, цифрами. Задача клиента – сосчитать количество определенных знаков или букв.

Стимульный материал.

Сосчитай все цифры 1 (2, 3,...):

1	6	5	4	5	2	3	6	5	4	7	8	5	2	1	4	5	2	0	3
2	6	0	2	1	5	4	7	8	9	6	3	2	0	1	2	0	3	6	5
4	8	5	2	7	0	2	5	2	1	2	0	2	1	5	8	7	8	9	6
3	6	5	4	7	8	5	2	1	0	2	3	6	9	5	8	5	2	1	4
5	2	3	6	9	8	5	2	1	4	7	8	5	2	5	6	3	3	6	0
5	2	1	4	7	8	5	2	1	2	2	1	5	9	8	7	0	9	0	9
0	8	0	7	0	5	2	6	3	6	2	1	4	5	6	3	2	0	5	5
0	2	1	4	5	2	0	3	8	0	2	0	3	2	2	1	4	5	5	6
7	8	6	9	4	3	2	1	2	3	4	5	6	7	8	8	4	2	2	3
5	2	8	8	8	1	2	3	6	7	9	6	4	2	4	6	7	9	0	2
5	2	3	6	9	8	5	2	1	4	7	8	5	2	5	6	3	3	6	9
2	6	0	2	1	5	4	7	8	9	6	3	2	0	1	2	0	3	6	5

19 упражнение «Алфавит».

Цель: развитие концентрации, переключения и распределения внимания.

Это задание является практически полной противоположностью анаграмм. В данном случае клиенту предлагается из слов русского языка составлять наборы букв с определенным условием – буквы необходимо записывать в алфавитном порядке. Простой вариант задания, когда слово предъявляется в письменной форме, сложный вариант, когда слово предъявляется на слух.

Стимульный материал.

1. Польза - азлопь
2. Ребята - абертя
3. Забота - аабзот
4. Клумба - абклму
5. Ученик - еикнуч
6. Красота – аакрост

7. Дорожка – аджкоор
8. Внимание – авеимни
9. Граммофон – гммноорф
10. Трубочист – биорсттуч
11. Аккордеон – адеккноор
12. Магнитофон – агимнноотф
13. Электричка – аеикклртчэ
14. Объявление – бвееилноъя
15. Воспитание – авеинопст

20 упражнение «Задачи-шутки».

Цель: развитие концентрации, объема, переключения внимания.

Можно использовать эти задачи для разминки перед занятием или во время пауз, чтобы дать клиенту отдохнуть после напряженной умственной работы.

1. Ты да я, да мы с тобой. Сколько нас всего? (Двое).
2. Тройка лошадей пробежала 5 км. Сколько пробежала каждая лошадь? (5 км).
3. Под каким кустом стоит заяц во время дождя? (Под мокрым).
4. Профессор ложится спать в 8 часов вечера, он заводит свой механический будильник на 9 часов утра. Сколько часов проспит профессор? (1 час).
5. Кирпич весит 2 килограмма. Сколько будут весить 2 половинки кирпича? (2кг).
6. Горело семь свечей, три погасли. Сколько свечей осталось? (3).
7. Что больше – сумма всех чисел от нуля до девяти или их произведение? (Сумма, так как произведение будет равно нулю).
8. Наташа сорвала в саду три сливы и две морковки. Сколько фруктов собрала девочка? (3).
9. В группе детского сада лыжи есть у 5 детей. Наступило лето. Сколько детей сможет покататься на лыжах? (Летом не катаются на лыжах).
10. На елке 7 веток. На каждой ветке выросло по одному плоду. Сколько всего выросло яблок? (Ни одного, яблоки не растут на елках).

21 упражнение «Составь слово».

Цель: развитие концентрации и переключения внимания.

Клиенту предлагается задание из первоначального слова составить как можно больше других слов. Слова необходимо записывать.

Примеры слов из которых возможно составить слова: первоклассница, градостроительство, толерантность, космонавтика, гидроэлектростанция.

22 упражнение «Найди нужный ответ».

Цель: развитие переключения внимания.

Клиенту предлагается в таблице найти соседние пары чисел, в результате действий с которыми может получиться определенное число. Найденные пары нужно обвести или зачеркнуть одной чертой. Вполне возможно, что правильных ответов будет несколько и некоторые из них будут пересекаться.

Стимульный материал – таблицы с цифрами (таблица 2, 3, 4)

1 вариант. Найдите и обведите все пары числа, при умножении которых получится 36.

Таблица 2

1	2	3	9	4
8	9	1	4	5
7	6	6	9	6
6	6	2	8	7
5	4	3	4	9

2 вариант. Найдите и обведите все пары числа, при умножении которых получится 30.

Таблица 3

30	4	30	2	6
1	5	0	15	8
4	10	3	17	1
5	6	6	15	2
8	7	13	3	6

3 вариант. Найдите и обведите все пары числа, сумма которых делится на 2.

Таблица 4

2	2	4	6	4
1	3	5	7	6
5	4	4	2	5
3	6	1	8	1
1	6	9	2	3

23 упражнение «Отгадай наощупь».

Цель: развитие сенсорного внимания.

В мешочек кладут набор различных небольших предметов или игрушек, можно также положить объемные цифры или буквы. Клиенту необходимо наощупь отгадать, какие предметы спрятаны в мешочке.

24 упражнение «Коллажирование».

Цель: развитие избирательности внимания.

Для этого задания клиенту выдаются старые журналы, клей, ножницы, большой лист формата А3. На заданную тему из готовых рисунков, фотографий необходимо вырезать образы и создать определенный сюжет. Тема для коллажа может быть различной, можно предложить клиенту следующие варианты тем: «Зима», «Подарок ко дню рождения», «Мой город», «Домик в деревне», «Цветочная поляна», «Зоопарк», «Магазин игрушек».

25 упражнение «Путаница слов».

Цель: развитие избирательности внимания.

Клиенту предлагают строки с набором букв, среди которых необходимо находить слова. Слова могут пересекаться, выходить друг из друга или быть внутри друг друга. Задача клиента – найти как можно больше различных слов.

Стимульный материал:

шма маша па каша рикра мага зина ходка чана стасия корьич сью лдвк
лпесок лесоба ка кыв врагов врагусь сырмыло пата пок лдовыра прывв
окрывало пиро города ракурс сторона ходка автоливы ниен зимья фа
одуванчик ротортряп кактус туфлицорех лебато нд атра королева в
ваго нецыган тоннель динар карабь ключай никостера работал доипа
кафта неца пляска ранда шарф акельник уст авенья рыжок носухарь

4. Заключение.

Снижение когнитивных функций, нарушения внимания часто являются причиной обращения к психологу, так как ухудшают качество жизни клиентов, вызывает беспокойство их близких и родственников. В связи с этим актуальным является ранняя диагностика, профилактика или коррекция нарушений внимания.

В методическом пособии рассмотрены теоретические и практические основы работы психолога с клиентом, который имеет нарушения внимания.

В подавляющем большинстве случаев у клиентов, перенесших острое нарушение мозгового кровообращения или получивших черепно-мозговую травму, присутствует в той или иной степени выраженности аспонтанность, инактивность и инертность внимания. Клиенты пожилого возраста вследствие изменения работы головного мозга часто предъявляют жалобы на снижение объема внимания, повышенную отвлекаемость, снижение устойчивости и концентрации внимания.

В данном пособии представлено 25 упражнений, которые предназначены для совершенствования различных форм внимания и его свойств.

Перед началом и в конце коррекционных мероприятий для выявления эффективности курса занятий рекомендуется проведение диагностики состояния внимания у клиента. С этой целью рекомендуется использовать следующие классические пробы: корректурная проба Б. Бурдона, корректурная проба по таблицам колец Э.Ландольта, методика Тулуз-Пьерона, таблицы Шульте, проба Х.Мюнстерберга, счет по Э.Крепелину, «Шифровка» (субтест теста Векслера). Данные тестовые методики подробно описаны в пособии Бизюка А.П. «Компендиум методов нейропсихологического исследования», также рекомендуется использовать пробы, описанные в книге С.Я. Рубинштейн «Экспериментальные методики патопсихологии»

5. Список литературы.

1. Бизюк А.П. Компендиум методов нейропсихологического исследования. - СПб, 2005.
2. Бизюк А.П. Основы нейропсихологии. - СПб, 2005.
3. Визель Т.Г. Основы нейропсихологии: учебник для студентов вузов. - М., 2005.
4. Жмуров В.А. Большая энциклопедия по психиатрии: 2-е изд. - М., 2012.
5. Зейграник Б.В. Патопсихология. Основы клинической диагностики и практики. - М., 2009.
6. Комарова Т.К. Психология внимания. – Гродно, 2002.
7. Крысько В.Г. Общая психология в схемах и комментариях: учебное пособие. – СПб, 2004.
8. Машталь О.Ю. Лучшие методики развития внимания у детей. 1000 тестов, заданий и упражнений. – СПб, 2008.
9. Менделевич В.Д. Клиническая и медицинская психология. - М., 2002.
10. Орлова Е.А. Патопсихология: учебник. - М., 2011.
11. Семенович А.В. Комплексная нейропсихологическая коррекция и абилитация отклоняющегося развития. – М., 2001.
12. Хомская Е. Д. Нейропсихология: 4-е издание. - СПб, 2005.